

3月 5日 (金)

今日の給食



★今日の食材の産地★

食材名	産地名
人参	千葉
にんにく	青森
生姜	高知
ごぼう	青森
じゃが芋	北海道
さやいんげん	沖縄
玉ねぎ	北海道
大根	神奈川
さつまい	千葉
ぶり	鹿児島

今日の給食は、「人参ごはん」「ぶりのみそ焼き」「春野菜のきんぴら」「さつまい」です。

今日のきんぴらには、春野菜の「うど」が入っています。うどは、体を疲れにくくしたり、血流

を良くする働きがあります。春は暖かい日と寒い日の寒暖差が激しく、疲れやすくなることも

多くなりますが、食事から体を整えていきましょう。