

3月15日(月)

今日の給食



★今日の食材の産地★

| 食材名 | 産地名 |
|-------|-----|
| にんにく | 青森 |
| 人参 | 徳島 |
| 玉ねぎ | 北海道 |
| もやし | 栃木 |
| キャベツ | 愛知 |
| じゃがいも | 北海道 |
| 白菜 | 茨城 |
| かぶ | 千葉 |
| えのきだけ | 長野 |
| 小松菜 | 東京 |
| いちご | 栃木 |
| 鶏肉 | 宮崎他 |
| 鶏卵 | 茨城 |

今日の給食は、「チキンライス」「フライドポテトサラダ」「卵スープカレー風味」「いちご」です。卵には、食物繊維とビタミンC以外の栄養が入っています。貧血予防の鉄分は、ほうれん草の2倍入っています。また、骨を作るカルシウムも牛乳より入っています。成長期には積極的にとりたい食品です。