

3月17日(水)

今日の給食



★今日の食材の産地★

食材名	産地名
生姜	高知
人参	徳島
玉ねぎ	北海道
白菜	茨城
長ネギ	千葉
えのきだけ	長野
キャベツ	愛知
かぼちゃ	ニュージーランド
小松菜	東京
豚肉	鹿児島

今日の給食は、「ごはん・しそひじき」「豚肉のすき焼き煮」「かぼちゃのみそ汁」です。

ひじきには、カルシウムが牛乳の12倍も入っているので、骨を強くするためには必要な食品です。

また、脂肪をエネルギーに変えてくれるビタミンB2も多く入っているので、ヘルシーな食材としても有名です。