

5月20日(木)

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
さやえんどう	青森
キャベツ	愛知
もやし	栃木・福島
にんにく	青森
小松菜	東京
鶏肉	宮崎他
かつお	静岡

今日の給食は、「かつおめし」「若竹煮」「みそドレサラダ」です。

今日は、かつおを揚げてごはんに入れました。かつおは旬があり、今は「初ガツオ」と呼ばれる美味しい時期です。かつおは貧血を予防する鉄分と、脳の働きをよくするDHAという成分が入っているお魚です、