

6月 3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
れんこん	茨城
さやいんげん	千葉
ごぼう	鹿児島
人参	千葉
大根	千葉
玉ねぎ	佐賀
小松菜	東京
鮭	チリ
豚肉	鹿児島

今日の給食は、「ごはん」「鮭のてりやき」「ピリ辛れんこん」「豚汁」です。

鮭には、DHAやEPAという脳のはたらきを良くする栄養が入っています。また、豚汁に入っている

豚肉には、ビタミンB1という疲れた体を回復する効果があるビタミンが入っています。