

9月29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
ごぼう	青森
人参	北海道
玉ねぎ	北海道
白菜	長野
さやいんげん	青森
大根	青森
キャベツ	長野
じゃが芋	北海道
えのきだけ	長野
長ネギ	青森
小松菜	東京
豚肉	鹿児島

今日の給食は、「豚肉のうま煮丼」「春雨サラダ」「じゃが芋のみそ汁」です。

豚肉のうま煮丼は、ごぼうの香りをしっかり出して作りました。ごぼうは、おなかの調子を整える

食物繊維が豊富に入っている食材です。おなかの調子を整えることは、腸を元気にするものになります。

腸が元気だと体を守る免疫力がアップするので、健康な体作りには大事なことです。