

10月14日(木)

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
セロリ	長野
玉ねぎ	北海道
人参	北海道
じゃが芋	北海道
パセリ	長野
みかん	愛媛
豚肉	埼玉・群馬

今日の給食は、「インディアドック」「コーンチャウダー」「みかん」です。

今日の果物はみかんです。みかんには、ビタミンCが多く入っているので、風邪予防やお肌をきれいにする

効果があります。ビタミンCには、鉄分の吸収促進効果もあるので、鉄分を取る時には一緒に取りたい

栄養素です。