

2月10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
しょうが	高知
にんじん	千葉
たまご	北海道
はくさい	茨城
チンゲン菜	茨城
キャベツ	愛知
じゃが芋	北海道
こまつな	東京
ぶたにく	鹿児島

今日の給食は、「中華丼」「フライドポテト入りはちみつドレサラダ」「ぶどうゼリー」です。

今日は、はちみつを入れたドレッシングです。はちみつには腸内の善玉菌のえさになるオリゴ糖が入っている

ため、腸内環境を良くするためにとっても良い食品です。腸内環境を良くすると風邪やウィルスに対抗する

免疫力が高まりますので、今の時期、体を風邪から守るためにもしっかりとりたい食品です。