

3月7日(月)

❀ 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	千葉
玉ねぎ	北海道
白菜	茨城
さやいんげん	沖縄
キャベツ	愛知
もやし	栃木
えのきだけ	長野
長ネギ	埼玉
みつば	千葉
小松菜	東京
豚肉	鹿児島
鶏肉	宮崎他
卵	茨城

今日の給食は、「豚肉のうま煮丼」「切干大根入りサラダ」「かきたま汁」です。

今日は、切干大根を入れたサラダです。切干大根とは、大根を干して作ったものです。干すことにより、うまみ

や栄養がたくさん増えます。貧血を予防する鉄分や、おなかのそうじをする食物繊維が多く入っています。

しっかり食べて栄養を取り、体を元気にしましょう。