

9月15日(木)

❀ 今日の給食 ❀

★ 今日の食材の産地 ★

食材名

産地名

いか

ペルー

えび

タイ

あさり

熊本

豚肉

埼玉・群馬

にんじん

北海道

たまねぎ

北海道

こまつな

東京都

キャベツ

長野

さつまいも

千葉

セロリ

長野

にんにく

青森



さつまいもチップスサラダ

牛乳

トマトスープ

シーフードピラフ

今日の給食は、「牛乳」「シーフードピラフ」「さつまいもチップス」「トマトスープ」です。

さつまいもは秋が旬の食べものです。さつまいもの皮の紫色には、「アントシアニン」という色素が

含まれています。アントシアニンは、目の疲れを予防するはたらきがあります。さつまいもの他にも、

同じように紫色をした食べ物にアントシアニンは多く含まれていますよ♪