

10月 4日 (火)

❖ 今日の給食 ❖

★ 今日<sup>きょう</sup>の食材<sup>しょくざい</sup>の産地<sup>さんち</sup>★

食材名

産地名



豚肉  
にんじん  
はくさい  
長ねぎ  
こまつな  
しょうが  
きゅうり  
もやし  
だいこん  
たまねぎ  
さつまいも

埼玉・群馬  
北海道  
長野  
長野県伊那市  
東京都  
高知  
群馬  
栃木  
北海道  
北海道  
千葉

伊那市は、  
新宿区の  
友好都市です♪

今日の給食は、「牛乳」「きのこうどん」「大根ツナサラダ」「大学いも」です。

きのこうどんには、3種類のきのこ（えのき・しめじ・なめこ）が入っています。それぞれの色や形、食感のちがいを感じながら食べてみてください。きのこには、「カルシウムの吸収を高める」ビタミンDや、「お腹の調子を整える」食物繊維が豊富に含まれています。きのこうどんを食べて、栄養をたっぷり摂りましょう♪