

10月14日(金)

❖ 今日の給食 ❖

★今日の食材の産地★

食材名

産地名

豚肉

北海道

ちりめんじゃこ

兵庫

しょうが

高知

にんじん

北海道

たまねぎ

北海道

はくさい

長野

長ねぎ

青森

もやし

栃木

キャベツ

長野

こまつな

東京都



じゃこと油揚げのサラダ

牛乳

ごはん(のりの佃煮)

豚肉のすき焼き煮

今日の給食は、「牛乳」「ごはん」「のりの佃煮」「豚肉のすき焼き煮」「じゃこと油揚げのサラダ」です。

のりはわかめやこんぶ、ひじきなどと同じ海藻類の仲間です。のりは、栄養満点な食品で、カルシウムや

ビタミン、鉄などの栄養を多く含みます。今日は、のりをしょうゆなどの調味料と煮詰めて、

「のりの佃煮」を作りました。白いごはんと一緒に食べてください♪