

6月28日(水)

❀ 今日の給食 ❀

★ 今日^{きょう}の食材^{しょくざい}の産地^{さんち}★

食材名

産地名



鶏肉
しょうが
にんにく
キャベツ
もやし
ほうれんそう
にんじん
たまねぎ
だいこん
じゃがいも
ねぎ
こまつな

宮崎
高知
青森
長野
栃木
群馬
青森
香川
青森
長崎
茨城
東京都

今日の給食は、「牛乳」「ごはん」「鶏肉のしょうが焼き」「人参ドレッシングサラダ」「呉汁」です。

にんじんのオレンジ色は、「カロテン」という色素によるものです。カロテンという名前は、「キャロット」

が由来であるといわれるほど、にんじんにはカロテンが豊富にふくまれています。カロテンは、油と一緒に

調理すると体で吸収しやすくなります。今日は、人参と油を使ってドレッシングを作りました♪