

今日の給食

令和6年 9月 9日(月)



<こんだて名>

- 大豆入りツナご飯
- 小魚といかの南蛮漬け
- わさび和え
- 吉野汁
- 牛乳

<一口メモ>

小魚といかの南蛮漬けは、「こまい」という小魚とイカを油で揚げて南蛮ダレにつけました。こまいは、白身魚のタラの仲間で北海道で捕れたものです。小魚は、一匹まるごと食べられるので、血や肉になる栄養素だけでなく、骨を丈夫にするカルシウムもとることができます。小魚やいかのように噛み応えのある食べ物も食べましょう。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
じゃがいも	北海道	こまつな	足立区
にんじん	北海道	しょうが	熊本県
ごぼう	群馬県	こまい	北海道
きゃべつ	群馬県	いか	ペルー
だいこん	青森県	鶏肉	岩手県
もやし	栃木県	大豆	北海道
長ねぎ	岩手県		