

今日の給食

令和7年 1月 21日 (火)



<こんだて名>

- ピザトースト
- 和風ポトフ
- さつまいものサラダ
- りんご
- 牛乳

<一口メモ>

冬は特に牛乳の飲み残しが多くなっています。牛乳には、おもに体をつくるたんぱく質やカルシウム等の栄養素がたくさん入っています。牛乳を飲まない、骨を強くするカルシウムが不足してしまいます。骨がスカスカにならないためにも、成長期の今のうちに骨を強くしておく必要があります。牛乳はカルシウムの吸収率が高くなっているため、積極的に飲んで欲しいです。

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
たまねぎ	北海道	きゃべつ	愛知県
にんじん	千葉県	きゅうり	茨城県
さつまいも	千葉県	にんにく	青森県
長ねぎ	千葉県	りんご	青森県
だいこん	千葉県	鶏肉	岩手県
ピーマン	鹿児島県		