



# 給食ニュース

令和7年2月28日(水)

## きんぴらごはん

きょう しょくもつせんい ほうふ  
今日は、食物繊維が豊富のごぼうを  
つけた「きんぴらごはん」です。ご  
ぼうの食物繊維は、根菜類の中では群  
を抜いて多いです。古くからむくみ取  
りの漢方薬としても利用されてきま  
した。平安時代後期には漢方だけでな  
く、食用にもされていたようです。  
えどじだい ぜんこく ひろ ぶ きゅう  
江戸時代になると全国に広く普及  
し、品種も改良されていきました。

## 今日の献立



きんぴらごはん

冬野菜の和風ポトフ

みかんヨーグルト



いと口目は野菜から。