

今日の給食

令和5年 11月13日(月)



<こんだて名>

- めかぶと野菜のそぼろ丼
- 茎わかめのナムル
- わかめとたまごのスープ
- 牛乳

<一口メモ>

今日の給食は「わかめ」づくしの献立です。3つの料理に3つの種類のわかめが入っています。スープには、わかめの葉の部分、ナムルには、わかめの茎の部分、そぼろどんには、わかめの根元の部分のめかぶが使われています。わかめには、ミネラルや食物せんい、ビタミンKなどがたくさん含まれています。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
たまねぎ	北海道	こまつな	足立区
にんじん	北海道	豚肉	茨城県
長ねぎ	青森県	たまご	青森県
もやし	栃木県	わかめ	岩手県・宮城県
えのきたけ	長野県	茎わかめ	岩手県・宮城県
にんにく	青森県	めかぶ	岩手県・宮城県
しょうが	熊本県	大豆	北海道