

# 今日の給食

令和5年 11月16日(木)



## <こんだて名>

- あんかけうどん
- ポテトのみそドレッシング サラダ
- 小魚の南蛮漬け
- 花みかん
- 牛乳

## <一口メモ>

小魚の南蛮漬けは、「こまい」という小魚を油で揚げてタレにつけました。こまいという魚は、白身魚のたらの仲間、北海道で捕れたものです。小魚は一匹丸ごと食べられるので、血や肉になるたんぱく質だけでなく、骨を丈夫にするカルシウムも摂ることができます。骨ごと食べられる魚もたくさん食べて欲しいです。

## 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	しょうが	熊本県
たまねぎ	北海道	豚肉	茨城県
にんじん	北海道	こまい	北海道
だいこん	北海道	みかん	長崎県
長ねぎ	秋田県		
きやべつ	千葉県		
もやし	栃木県		