

1月20日(火)

今日の給食

今日の給食は、

- ・麦ごはん
- ・骨太ふりかけ
- ・さばの塩焼き
- ・ごまあえ
- ・大根とわかめのみそ汁
- ・牛乳

です。



【使用食材の産地】

にんじん（千葉県） もやし（栃木県） きゅべつ（愛知県） 小松菜（埼玉県）
大根（神奈川県） ねぎ（千葉県） ちりめんじゃこ（愛知県） さば（ノルウェー）

今日は麦ごはんにちりめんじゃこや昆布、かつお節を使った「骨太ふりかけ」をのせました。ちりめんじゃこには骨を強くするカルシウムと、その吸収を助けるビタミンDが多く含まれています。よくかんで食べて強い骨を作りましょう。