

9月18日（木）

今日の給食

今日の給食は、

- ・ハヤシライス
 - ・春雨のレモン酢あえ
 - ・巨峰
 - ・牛乳
- です。



【使用食材の産地】

にんじん（北海道）

たまねぎ（北海道）

じゃがいも（北海道）

キャベツ（長野県）

しょうが（高知県）

にんにく（青森県）

きゅうり（群馬県）

レモン（愛媛県）

巨峰（長野県）

豚肉（千葉県）

今日も気温が高くなっています。サラダのドレッシングは、レモン汁を加えてさわやかな酸味に仕上げました。レモンに多く含まれているクエン酸には、食欲増進効果や疲労回復効果があるといわれています。