

# 12月19日（金）

# 今日の給食

今日の給食は、

- 麦ごはん
  - 小いわしのつけ揚げ
  - もやしとわかめの甘酢あえ
  - 飛鳥汁
  - 牛乳
- です。

【使用食材の産地】

しょうが（高知県）

もやし（栃木県）

小松菜（埼玉県）

大根（神奈川県）

にんじん（千葉県）

じゃがいも（長崎県）

ねぎ（千葉県）

小いわし（鹿児島県）

鶏肉（国産）



今日は、小いわしに下味をつけて油で揚げました。丸ごと食べられる小魚には、成長期に欠かせないカルシウムが豊富に含まれています。飛鳥汁は、奈良県の郷土料理です。宮廷に献上した牛乳をみそ汁に加えたのがはじまりとされています。