



9月14日(月)

♪ パクパクだより ♪



今日の献立

チーズパン ポテトオムレツ オニオンドレッシングサラダ コーンクリームスープ 牛乳

★クイズ★ポテトオムレツに使った卵についてクイズです。

卵の生産量が全国一位の都道府県は、次のうちどれでしょう？

- ①茨城県 ②青森県 ③鹿児島県



2023年の都道府県別 卵の生産量ランキングを見ると、一位は???県、二位は

千葉県、三位は茨城県となっています。

卵は、「完全栄養食品」といわれるほど、栄養豊富な食べ物です。卵1個に良質なたん

ぱく質をはじめビタミンAや鉄分など様々な栄養素が含まれています。目玉焼きやゆで卵

など、調理も簡単なので、朝食のたんぱく源としてもピッタリです。

今日のオムレツは、ベーコン、じゃがいも、玉ねぎなどで作った具材と溶いた卵を混ぜ合

わせ、オーブンでふくら焼きました。焼き上がった1枚の大きなオムレツを調理員さんが

一人分のサイズに切り分けて皆さんにお届けしています。おいしくいただきます。

答え: ③鹿児島県

