

6月

パクパクタイムズ



きょう
<今日のメニュー>
 ゆかりごはん
 こうみや
 さばの香味焼き
 い たまご ぎゅうにゅう
 もずく入り卵のすまし汁、牛乳

【主な食材の産地・取り扱い業者】
 米：ナナミ 米粒麦：はくばく
 白ごま：多国籍
 飲用牛乳：コーシン乳業
 さば：ノルウェー
 白みそ：国産
 鶏肉：岩手
 豆腐：清水豆腐店
 もずく：国産
 たまご：栃木、埼玉
 ゆかり：国産
 しょうが：高知
 にんにく：青森
 長ねぎ：千葉
 人参：茨城
 大根：青森
 えのきたけ：長野
 小松菜：茨城



<ぱくぱくクイズ>

「もずく」は何の食べ物の仲間でしょうか？

- ① きのこと
- ② やさい 野菜
- ③ かいそう 海藻



こた (答え) ③かいそう

「もずく」は、わかめや昆布、のりと同じ『海藻』の仲間です。食物繊維を多く含んでいます。

食物繊維は、腸内環境を整えたり、生活習慣病の予防に役立つと言われています。

きょう きゅうしょく のこ
今日の給食も残さずおいしくいただきますよ！