

# 5月

# 給食室通信



## きょう 〈今日のメニュー〉

むぎ  
麦ごはん、ひじきふりかけ

しおにく  
塩肉じゃが

やさい あ ぎゅうにゅう  
野菜のからし和え、牛乳



### 【主な食材の産地・取り扱い業者】

米：ナナミ  
 押麦：はくばく  
 白ごま：多国籍  
 じゃがいも：  
 ひじき：国産  
 バター：国産  
 ソフト削り：うつぼや  
 豚肉：千葉  
 にんにく：青森  
 しょうが：高知  
 玉ねぎ：佐賀  
 人参：徳島  
 糸こんにゃく：国産  
 さやいんげん：千葉  
 もやし：埼玉  
 小松菜：茨城  
 牛乳：コーシン乳業

〈ぼくぼくクイズ〉 「ひじき」は何時代から食べられている食材でしょうか？

① じょうもんじだい 縄文時代

② かまくらじだい 鎌倉時代

③ えどじだい 江戸時代



(こたえ) ① じょうもんじだい 縄文時代

遺跡が発掘されたことで、日本人は縄文時代からひじきを食べていたことがわかっています。  
 ひじきは、カルシウムや鉄分、マグネシウム、食物繊維などの栄養が豊富に含まれている食材です。普段の食事の中で、ぜひ積極的に取り入れるようにしましょう！

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しょう！