

4月26日(火)

麦ご飯

肉じゃが

野菜とツナのおひたし

牛乳

じゃが芋 1600年頃にインドネシアのジャカルタから長崎に伝わった『じゃが芋』。最初は『じゃがたらいも』、やがて『じゃが芋』とよばれるようになったといわれます。

ビタミンCやカリウムが多く、日本では野菜として扱われていますが、海外では小麦・米・とうもろこしと並ぶ主要作物で、エネルギー源としての役割も果たします。

にんじん : 静岡
新玉ねぎ : 兵庫
じゃが芋 : 鹿児島
いんげん : 沖縄
キャベツ : 神奈川
小松菜 : 埼玉
豚肉 : 群馬