

# 10月19日(火)

ひじきチャーハン

豆腐ときのこの中華スープ

バンバンジー

みかん

牛乳

## えのき

きのこの名前は樹木の名前に由来するものが多くあります。エノキダケも天然のものは主にエノキに生えるところからこの名が付けました。雪の下でもたくましく育つことから別名をユキノシタともいいます。エノキダケの出荷量全国一である長野県では、大正12年に最初にビン栽培が始まりました。長野県産のエノキダケは色が白く、軸がしっかりしていて、シャキッとした歯ごたえと日持ちのよさが特長です。

にんにく	:	青森
にんじん	:	北海道
えのき	:	長野
長ねぎ	:	栃木
しょうが	:	高知
こまつな	:	埼玉
もやし	:	栃木
きゅうり	:	群馬
みかん	:	愛媛
豚肉	:	群馬
鶏肉	:	宮崎
たまご	:	青森
高菜漬	:	国産