

# 10月8日(金)

はちみつレモントースト

ポテトのクリーム煮

みかん・牛乳

**レモン** レモンはインドのヒマラヤ山脈が原産です。日本では広島県、愛媛県、静岡県、和歌山県などで栽培されています。日本では、アメリカ産が多く輸入されていて、旬は9月から4月です。栄養はビタミンCを多く含み。酸味はクエン酸です。

レモン	: アメリカ
玉ねぎ	: 北海道
にんじん	: 北海道
じゃが芋	: 北海道
鶏肉	: 北海道
みかん	: 熊本