

# 4月15日(木)

はちみつレモントースト

春野菜のクリームシチュー

くだもの(清見オレンジ)

牛乳

春野菜のクリーム煮春野菜である“春キャベツ”や“グリーンアスパラ”を使ったクリーム煮です。春キャベツは、初春から初夏にかけて出回るキャベツで、葉の巻きがゆるく、食べると軟らかいのが特徴です。グリーンアスパラは、名前の由来となっているアスパラギン酸を多く含み、疲労回復などに効果があります。

玉ねぎ : 北海道  
にんじん : 徳島  
じゃが芋 : 徳島  
キャベツ : 愛知  
アスパラガス : 秋田  
清見オレンジ : 愛媛  
鶏肉 : 北海道