

3月24日(木)

バターライス

煮込みハンバーグ

じゃがいものチーズグリル

花野菜サラダ

牛乳

花野菜サラダ

ブロッコリーやカリフラワーは、菜の花と同じアブラナ科の野菜で、花やつぼみを食べる花野菜です。日本には、明治時代に入ってきたといわれています。一年中出回っている野菜ですが、11月～3月は甘味が増して一番美味しい季節です。芯の部分も皮を厚くむくと美味しく食べられます。

玉ねぎ : 北海道
じゃが芋 : 鹿児島
カリフラワー : 茨城
ブロッコリー : 愛知
にんじん : 徳島
豚肉 : 千葉
牛肉 : 千葉・群馬
たまご : 青森