

# 4月17日(月)

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』と呼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 : 徳島  
玉ねぎ : 北海道  
じゃが芋 : 鹿児島  
いんげん : 千葉  
キャベツ : 愛知  
小松菜 : 東京  
しらたき : 群馬  
豚肉 : 群馬