

4月18日(火)

レモンバタートースト

春野菜のクリームシチュー

清見オレンジ

牛乳

春野菜のクリームシチュー 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	：	鹿児島
キャベツ	：	愛知
アスパラ	：	秋田
レモン	：	広島
清見オレンジ	：	愛媛
鶏肉	：	宮崎