

4月20日(木)

上海焼きそば

大根ときゅうりの華風漬け

あんじん豆腐

牛乳

さとうきび さとうきびは、奈良時代に中国の唐から日本に持ち込まれ、最初は薬として使われていました。おかしの材料として使われるようになったのは、南蛮貿易が始った安土桃山時代です。江戸時代に入り奄美大島あまみ おおしまで最初にさとうきびが栽培されるようになりました。江戸時代に調味料として使われはじめましたが、まだまだ高価なもので庶民にはなかなか口にできないものでした。砂糖は脳のエネルギー源になります。

生姜	:	高知
にんじん	:	静岡
玉ねぎ	:	北海道
エリンギ	:	長崎
もやし	:	栃木
白菜	:	茨城
小松菜	:	埼玉
きゅうり	:	埼玉
大根	:	千葉
豚肉	:	群馬
レモン	:	アメリカ
いか	:	ハワイ沖