

1月19日(金)

しょうゆラーメン

華風大根

キャロットケーキ

牛乳

にんじん セリ科の根菜です。原産地はヨーロッパで、食用としての栽培は古く、2000年以上前からされていました。日本では、徳川時代に伝わり、明治以後、本格的に日本で作られるようになりました。

にんじんはビタミンAのもとカロテンが多く、にんじんのオレンジ色そのものが、カロテンです。給食に毎日出る野菜ですね。

だいこん : 神奈川
にんにく : 青森
しょうが : 高知
長ねぎ : 茨城
にんじん : 埼玉
もやし : 栃木
小松菜 : 東京
豚肉 : 群馬
たまご : 青森