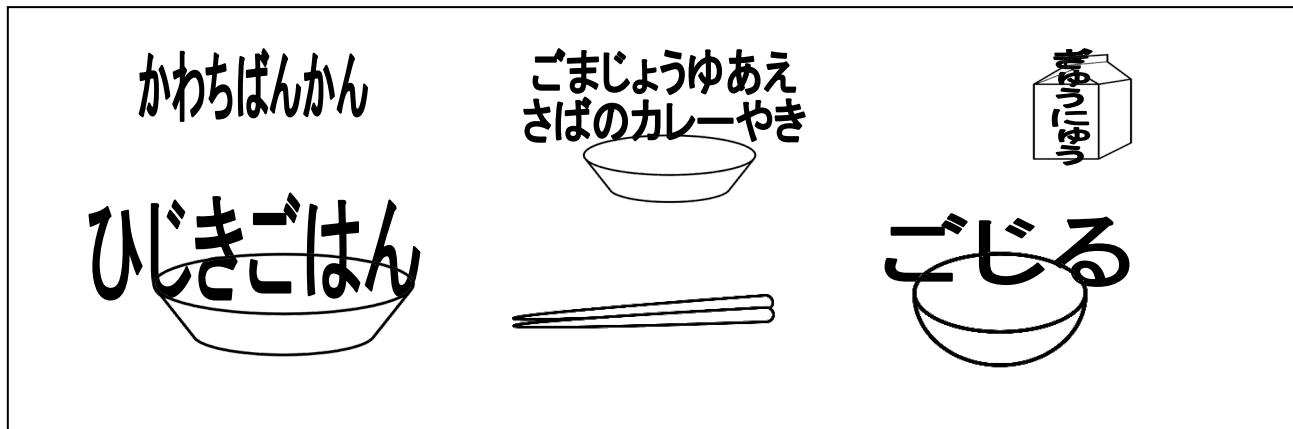


ランチタイム！

4月 28日（月） きょう きゅうしょく
今日の 給食

- ・ひじきごはん
- ・小松菜の胡麻醤油和え
- ・河内晩柑
- ・さばのカレー焼き
- ・吳汁
- ・牛乳

はいせんのしかた



千葉県は全国的に有名なひじきの産地です。ひじきには骨や歯をじょうぶにする「カルシウム」や、貧血を予防する「鉄分」、おなかの調子をととのえる「食物纖維」がたくさんふくまれます。昔から日本人が食べていた食品です。

よく噛んでよく味わって食べてください。

河内晩柑は、大正時代に熊本県で発見された柑橘で、美生柑・宇和ゴールド・ジューシーオレンジなど、様々な呼び方があります。晩柑は晩成（普通より遅くできること）の柑橘という意味です。