

# 10月1日(月) の給食

約625kcal

## 献立

献立	材料
ごはん	米
さんまのかば焼き	さんま 片栗粉 油 砂糖 みりん・酒 水 濃口しょうゆ
コールスロー	キャベツ 人参 コーン ドレッシング 塩・こしょう
おかか和え	もやし ブロッコリー かつおぶし しょうゆ 砂糖
ヨーグルトかん	飲むヨーグルト もも 寒天 砂糖 水
みそ汁	わかめ 豆腐 しめじ みそ だし汁



## 人参について



### ○原産地

ニンジン(人参)の原産は中東のアフリカ(エチオピア)といわれています。そこからヨーロッパに伝わった西洋系と中国などアジアに伝わった東洋系に分かれました。

### ○ニンジン(人参)の旬

ニンジン(人参)は秋から冬にかけてが旬になります。

### ○主な産地

北海道(約30%)、千葉県(約19%)、徳島県(約9%)

### ○種類

- ・一般的なオレンジ色の五寸ニンジン
- ・おせち料理でお馬(馬)汁の金時ニンジン

