

# 6月25日(金)の給食



706 kcal

## 献立



献立	材料
ごはん	米
メルルーサ のトマトソー スガけ	メルルーサ 塩・こしょう 小麦粉 玉ねぎ にんにく 油 トマト缶 ケチャップ 砂糖 コンソメ顆粒 塩・こしょう バジル
塩レモン 和え	キャベツ 花切大根 レモン汁 鶏ガラスープの素 にんにく 塩・粒こしょう
ごまドレ サラダ	れんこん さつまいも 枝豆 ごまドレッシング
3色スープ	さやいんげん にんじん コーン コンソメスープ 塩・粒こしょう
みかん ゼリー	みかん シロップ・水 アガー 砂糖 水



分類… **シカン科シカン属**

原産国… **インドヒマラヤ地方**

季節の分類… **秋冬**

多く出回る時期… 周年、10月～3月(国内産)

おもな産地… **広島県(約58%) 愛媛県(約23%)  
和歌山県(約7%)**

○レモンは**ビタミンC**が豊富に含まれている果物です。  
このため、**風邪予防**や**美容効果**に期待できます。  
**非炎症回復**にも効果が高いといわれています。  
『**クエン酸**』も豊富です。