



9月26日(火)【地産地消献立】 麦ごはん 牛乳 豚丼の具 ごまあえ けんちん汁

今日のおかずは「豚丼の具」です。豚肉には、良質のたんぱく質や脂質などがバランス良く含まれていますが、特に注目したいのが、ビタミンB1です。ビタミンB1は、体の中で糖質をエネルギーへ変える時に必要なビタミンで、とても大切な栄養素です。

今日は、市内産の牛乳・米・栃木県産の豚肉・もやし・さといも・ごぼうを使用した地産地消献立です。味わって食べてください。