

10月10日(火)

ねぎ豚塩だれ丼

中華コーンスープ

りんご

牛乳

ねぎ ねぎの栽培の歴史は古く、全国各地で特色のある品種が栽培されています。使い方で分けると白い部分を食べる「根深ねぎ」と緑の葉を食べる「葉ねぎ」になります。ねぎの辛み成分には、ビタミンB1の吸収を高め、殺菌効果があるとされています。原産地は中国では、身体を温め疲労を回復する植物として大事にされています。

長ねぎ	：	青森
にんにく	：	青森
にんじん	：	北海道
たまねぎ	：	北海道
もやし	：	栃木
にら	：	栃木
しモン	：	アメリカ
こまつな	：	東京
りんご	：	青森
豚肉	：	群馬
鶏肉	：	岩手
たまご	：	青森