

10月12日(木)

八丈島レモンバタートースト

ポテトのクリーム煮

コーンサラダ・牛乳

レモン レモンはインドのヒマラヤ山脈が原産です。日本では広島県、愛媛県、静岡県、和歌山県などで栽培されています。日本では、アメリカ産が多く輸入されていて、旬は9月から4月です。栄養はビタミンCを多く含み。酸味はクエン酸です。今日は、東京の八丈島のレモン果汁を使用しています。

レモン : 八丈島
玉ねぎ : 北海道
にんじん : 北海道
じゃが芋 : 北海道
キャベツ : 群馬
きゅうり : 群馬
ブロッコリー : 北海道
鶏肉 : 宮崎