

4月17日(水)

レモンバタートースト

春野菜のクリームシチュー

清見オレンジ

牛乳

春野菜のクリームシチュー 春野菜である“春キャベツ”や“グリーンアスパラ”を使ったクリーム煮です。春キャベツは、初春から初夏にかけて出回るキャベツで、葉の巻きがゆるく、食べると軟らかいのが特徴です。グリーンアスパラは、名前の由来となっているアスパラギン酸を多く含み、疲労回復などに効果があります。

玉ねぎ : 北海道
にんじん : 徳島
じゃが芋 : 鹿児島
キャベツ : 愛知
アスパラ : メキシコ
レモン : 三重
清見オレンジ : 愛媛
鶏肉 : 宮崎