

# 12月18日(水)

チキンライス

スパニッシュオムレツ

アーモンド入りサラダ

牛乳

**たまご** 意外と苦手な人がいる「たまご」ですが、その理由に「匂いがする」という声があります。これは、鶏のエサが関係しています。鶏は魚粉(魚を粉状にしたもの) やとうもろこし、おからなどを食べます。魚粉は魚からできているので、魚の匂いの原因でもある「トリメチルアミン」が体内に入ることによって、独特の匂いが出ます。

しかし、白い卵を産む鶏は、トリメチルアミンを無臭化する働きが強いので、匂いが気になる人は積極的に白いたまごを食べると少し違うかもしれません。

玉ねぎ	:	北海道
じゃが芋	:	鹿児島
にんにく	:	青森
キャベツ	:	愛知
にんじん	:	千葉
きゅうり	:	埼玉
ピーマン	:	茨城
たまご	:	青森
鶏肉	:	宮崎