

School Lunch News

2025.11.27

今日の献立

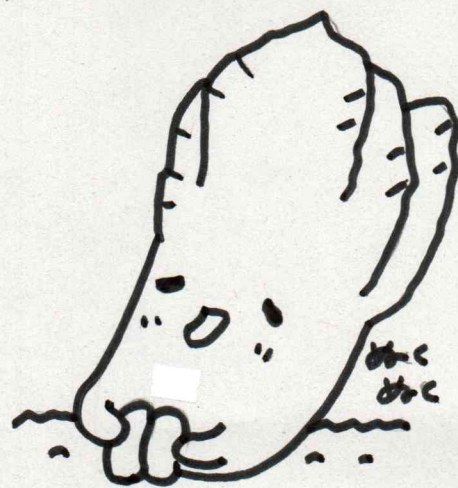
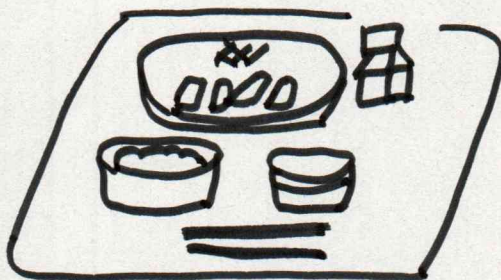
ごはん(大わん内ピンク)

いかのかいんあげ(大皿)

チンゲンサイのニンニク炒め(大皿)

白玉団子い中華スープ(小わん)

牛乳



給食室

今日の給食は、地元の農家さんが育てた小金井市産のはくさいを使っています。はくさいにはカリウム、ビタミンC、食物せんい、ビタミンK、葉酸などさまざまな栄養素が含まれています。

はくさいは、朝晩の冷え込みが強くなるこの時期に甘みがぐっと増し、やわらかく煮えて、汁物にぴったりの味わいになります。地元で採れた野菜は、収穫してから給食室に届くまでの時間が短いため、栄養も味も新鮮なまま。地域の恵みを感じながら味わってください。