

ふか がわ さん

深川産きゅうり

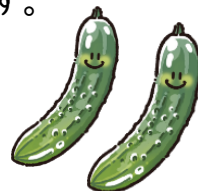


令和 8 年 7 月 1 日
北空知圏学校給食センター

7月^{がつ}から9月^{がつ}のきゅうりは、きたそらち^{きゅうりせいさんくみあい}胡瓜生産組合さんより、寄贈^{きぞう}していただきました。「地元^{じもと}の子どもたち^こに旬^{しゅん}のおいしいきゅうり^たを食べてもらいたい」という思い^{おも}から、令和5年度より毎年寄贈^{れいわ}をしていただいています。感謝^{ねんど}していただきます。感謝^{まいとしきぞう}していただきます。感謝^{かんしゃ}していただきます。



きゅうりは約95パーセントが水分^{やく すいぶん}です。カリウム^{おお ふく}を多く含んでいます。カリウム^{たいない}は体内^{はいしゅつ}のナトリウムを排出^{こうけつあつ よ ぼう}するため、高血圧^{り によ う さ よ う}予防、利尿^{かいぜん}作用、むくみ改善^{こう か}に効果^{あつ なつ}があります。暑い夏^{きょう}にたくさん食^{や さい}べたい野菜^{きょう}ですね。今日はコールスロー^{はい}サラダにきゅうりが入^{はい}っています。



とげがとがっていて、みずみずしいのがおいしいきゅうりです！

