

26日
(木)

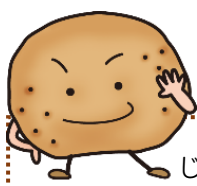
きたそらん千給食



- ・カレーライス
- ・ぎゅうにゅう
- ・パンプキンアンサンブルエッグ
- ・きゅうりとキャベツのつけもの



パンプキンアンサンブルエッグに使っている「かぼちや」は深川市でとれた「ブリメラ」という品種です。



カレーライスにつかっています！



じゃがいもは、北海道で多く生産されています。おもな主成分はでんぷんで、エネルギー源になります。またビタミンCも豊富に含まれており、免疫力を高める効果があります。じゃがいものビタミンCはでんぷんに守られているため熱に強いといわれています。

「いも」と「たまねぎ」

だよ！

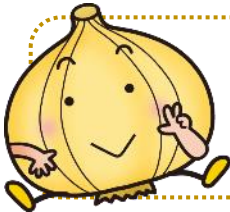


ケチャップトマトジュース

沼田町の露地栽培で作った完熟トマトを使って加工しています。濃厚で深みがあり料理の味を引き立てます。

ひまわり油

北竜町のひまわり油はオレイン酸とビタミンEが豊富で、血液をサラサラにしたり、血行促進作用があるとされています。



たまねぎ特有の辛みやにおいのもとになっている「硫化アリル」は体内に入ると「アリシン」という成分に変化します。血行を促進する作用があり、血液をサラサラにする効果があるといわれています。

