



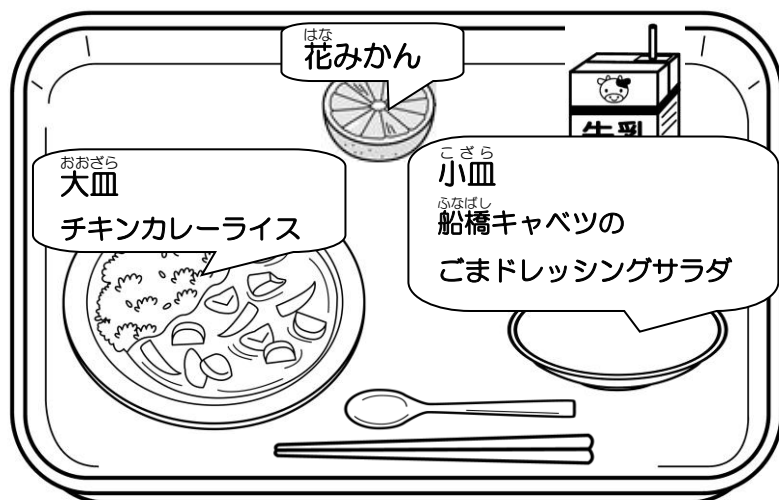
きゅうしょくニュース



れいわ ねん がつ か かようび
令和6年11月5日 火曜日

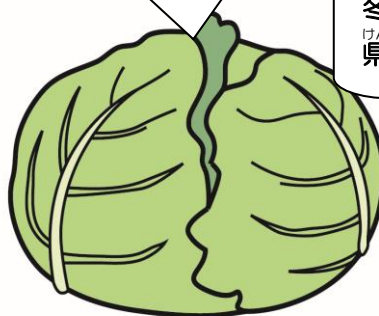
ふなばしさん しゅん た もの た し ひ 船橋産の旬の食べ物を食べて知る日「キャベツ」

きょう ひ &今日はごまの日



か ぜ よぼう よ シー なか ちょうし
風邪の予防に良いビタミンC、お腹の調子
を ととの 整 える ビタミンK が たっぷり です。

ふゆ せいさんりょう
冬キャベツの生産量は
けんない い 県内4位です。



こんげつ ふなばし しゅん た あじ にち しょくざい
今月の船橋の旬を食べて味わう日の食材は「キャベツ」です。
キャベツは、1 年を通して売られていますが、今の時期は「冬キ
ャベツ」と呼ばれ、葉と葉がギュッと詰まっていて、葉は肉厚です。
そして、火を通すと甘みが増すのが特徴です。

また、今日は、11（いい）5（ごま）で「ごまの日」です。

そこで、新鮮な船橋キャベツを、いりごまとねりごまを使った
ドレッシングで和えたサラダを作りました。今月は、何度か船橋
キャベツが使える予定ですので、楽しみにしててください♪

デザートは、長崎県産の早生みかんです。

きょう きゅうしょく つか
☆今日の給食に使っている千葉県産の食べ物☆

こめ きゅうにゅう
米 牛乳

きゅうり

ふなばしさん

船橋市産→キャベツ

こまつ な
小松菜

