



きゅうしょくニュース



れいわ ねん がつ にちもくようび
令和7年2月27日 木曜日

ふなばしさん しゅん しょくざい た し ひ ながねぎ 船橋産の旬の食材を食べて知る日 長葱



いつも船橋産の旬の食材を食べる日としては紹介をしていますが、11月から2月にかけて、何度も使用しています。使用しているときは、きゅうしょくニュースの下の欄や、ロイロノートで紹介しています。



12月にも、船橋産の旬の食べ物を食べて知る日として長葱を紹介し、卵焼きで味わいましたが、今も旬の時期は続いています。

さてここで、クイズです。

長葱の独特な香りの成分は、何でしょう？

①カロテン ②ナイアシン ③アリシン

…答えは、③アリシンです。にんにくの匂いと一緒の成分です。

アリシンは、食事でとった糖質（ご飯やパンなど）をエネルギーに変えるときに必要なビタミンB1の吸収を高める栄養素です。また、殺菌・抗菌のパワーがあるので、かぜの予防に良いそうです！

（ちなみに①と②はビタミンの名前です）

今日は、船橋産の長葱を、ねぎ塩豚丼で味わいましょう♪

☆今日の給食に使っている千葉県産の食べ物☆



米 牛乳 卵 さつま芋 人参 ニラ 船橋市産→長葱 小松菜