

食育の日こんだて
ほねぶと献立・精華町でとれたはくさい

1月19日（月）

- ごはん
- 八宝菜
- 切干大根とこんにゃくの
中華サラダ
- ヨーグルト
- 牛乳



食育の日のこんだてです。カルシウムたっぷりのほねぶと献立です。精華町でとれたはくさいを使っています。八宝菜に入っています。中華サラダに入っているこんにゃくはさといもの仲間のコンニャクイモから作られます。こんにゃくを食べている国は、日本、中国、ミャンマー、韓国です。こんにゃくいもは90%近くが群馬県で作られていて、栃木県、茨城県でも作られています。全国の約95%は北関東で生産されています。