

## 精華町でとれたきゃべつ

1月22日（木）

- 小ご飯
- かやくうどん
- 酢の物
- 牛乳



せいか町でとれたキャベツがかやくうどんに入っています。キャベツは日本での品種改良の結果、年間を通して栽培されています。出荷の時期によって、11月から3月に出荷する冬キャベツと7月から10月に出荷する夏秋キャベツ、4月から6月に出荷する春キャベツに分けられます。キャベツの仲間には、カリフラワー、メキャベツ、ブロッコリーなどがあり、ビタミンCがたくさん含まれています。今日は平たい形が特徴的な、冬キャベツを使用しました。