

平成24年1月27日（金）

『給食週間4日目』

～放送資料～

今日の給食は『ごはん・牛乳・すきやき風煮・厚焼き卵・きんかん』です。

今日のきんかんはJA伊万里でとれたものです。伊万里のきんかんは、ハウスの中で、農薬を使わない減農栽培で作られています。農薬を使わないために、わらをハウスの中いっぱい敷き詰め、草が生えるのを防いでいるそうです。きんかんはみかんを小さくした形をしていますが、皮ごと食べられるのがとくちょうです。レモンの果汁とほぼ同じ量のビタミンCが含まれます。ビタミンCはお肌をきれいにしたり、かぜのウイルスの活動を弱める働きがあります。くだものではめずらしく、骨を丈夫にするカルシウムも多く含まれています。きんかんは栄養満点です。伊万里の美味しいきんかんを味わって食べてください。