

5月7日（火）の給食

献立

ごはん 牛乳

豚肉のピリ辛煮 もやしサラダ



今日の豚肉のピリ辛煮にはヤングコーンが入っています。ヤングコーンはその名の通り、とうもろこしが大きくなる前に収穫したものです。長さは5～10cmほどで、柔らかいので芯まで食べることができ、旬は5～6月です。ヤングコーンはとうもろこしと同じように食物繊維やビタミンが豊富に含まれています。