

旬

令和7年12月9日の給食

9 産地を
応援しよう



八王子産根しょうが



今日の給食では、八王子産の根しょうがを豚汁に入れました。ほんのりしょうがの香りがすると思います。

しょうがの香りは「ショウガオール」という成分です。

血行を良くし、体を温める効果があります。

★★ ひじきの炒め煮
☺ 八王子産にんじん使用

★ 牛乳

★ さわらの照り焼き

★ ごはん

★ 八王子産根生姜の豚汁
☺ 八王子産根しょうが、だいこん、にんじん、ながねぎ使用



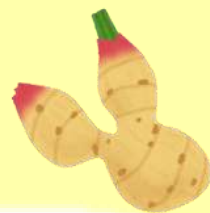
☆すごいぞ !! しょうがのパワー☆

独特な香りと辛みを持つ
しょうがは、肉や魚の臭みを消
して、料理をさらにおいしく
してくれます！



**菌に負けない！
かぜ予防**

しょうがを食べると体
がぽかぽか温まり、かぜ
予防にもなります！



**身体が
ぽかぽか！**

**臭みを消して
さらにおいしく！**



しょうがの種類

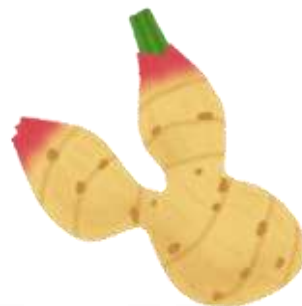
根しょうが



いつも給食で使っている
一般的なしょうがです。



新しょうが



夏の始めに収穫されます。
その時期には、給食でも使います。

葉しょうが



いちばん若い生姜。
葉ごと収穫され、丸かじりできます。

八王子産の
根しょうがの
入った豚汁だよ

