

令和8年2月26日 木曜日

【旬:長ねぎ】

★ 果物(いよかん)



★牛乳

★ 野菜の彩り和え

☺八王子産小松菜、にんじん使用



★★★ 焼き鶏丼
☺八王子産長ねぎ使用



★ 田舎汁

☺八王子産大根、にんじん、
長ねぎ使用



八王子市学校給食センター元横山

令和8年2月26日 木曜日



八王子産の長ねぎ

ねぎの種類は大きく2つ。
葉の部分を食べる「葉ねぎ」と
主に根元の白い部分を食べる
「根深ねぎ」があります。
長ねぎは根深ねぎのことをです。



長ねぎの栄養には、

- ・体を温めて風邪を予防する
- ・血液をサラサラにする
- ・体の疲れをとる働き

などがあります。