

令和5年6月29日（木）



献立名

- ・中華丼(麦ご飯)
- ・牛乳
- ・大豆とナッツの甘辛揚げ
- ・若谷さんのホワイトコーン(蒸し)

今日は緑区若谷さんのとうもろこしを蒸して提供しました。美園中の卒業生である若谷茂夫さんは、江戸時代から続く小松菜農家で、市内の小中学校に新鮮で安全な小松菜を年間通して納めていただいています。この時期は、とうもろこしの栽培にも力を入れてくださっています。届いたとうもろこしは、真っ白で、「雪の妖精」という品種。今年は例年以上に甘みを感じました。とうもろこしは、エネルギーだけでなく、食物繊維やビタミンもとれる野菜で、夏の栄養補給にピッタリ。夏休みのおやつにも、おすすめです。