令和8年11月4日 水曜日　旬:きのこ



★3色サラダ
☺八王子産だいこん、にんじん、きゅうり使用

★ポテトオムレツ

★牛乳

★きのこピラフ
☺八王子産にんじん使用

★野菜スープ
☺八王子産にんじん、キャベツ使用

八王子市学校給食センターはちっこキッチン元八王子



きのこ



9 産地を応援しよう

えのきたけ
しめじ
エリンギ
を入れた



きのこピラフ

食べられるきのこは200種類あると言われています。

きのこは**食物繊維**が多く、**ビタミン**がたっぷり含まれているので、体によいです。**骨を強くする働き**もあります。

しっかり食べましょう！