

令和8年2月10日 火曜日

【旬:わかさぎ】

★ わかさぎの南蛮漬け  
☺八王子産長ねぎ使用

★ ★ ★ 塩肉じゃが  
☺八王子産にんじん使用

★牛乳

★ えのきと白菜のみそ汁  
☺八王子産白菜使用

★ごはん

八王子市学校給食センター元横山

令和8年2月10日 火曜日

## わかさぎ



海で育ち、川に戻ってくるわかさぎと、  
湖で育つわかさぎがいます。

骨ごと食べられるのでカルシウムが  
たっぷり！

**カルシウム**を骨にするお手伝いをして  
くれる**ビタミンD** もたっぷりで、強  
い骨を作ります！

