

令和7年1月23日 金曜日 【旬:ごぼう】



★牛乳

★ ごま大根

☺八王子産だいこん、にんじん使用



★ いかの香味焼き

☺八王子産ながねぎ使用

★★★ とりごぼうごはん
☺八王子産にんじん使用

★ 吳汁

☺八王子産だいこん、にんじん、
ながねぎ、こまつな使用

八王子市学校給食センター檜原第一

令和7年1月23日 金曜日



八王子市学校給食センター檜原第一
旬 ごぼう



ごぼうの旬は冬です。食物纖維を多く含み、
お腹の掃除をしてくれます。



ごぼうクイズ

Q.ごぼうを食べるのは、日本と一部
の国だけである。○か×か。

答え.○

私たちが食べているのは、ごぼうの
「根っこ」の部分です。「根っこ」を食べる
のは、日本や韓国などごく一部の国と言
われています。中国やヨーロッパでは、
食用ではなく、漢方薬やハーブとして使
うそうです。

