



令和6年4月11日木曜日



★果物(清見オレンジ)

★春キャベツのからし和え

☺八王子産にんじん、チンゲンツアイ、キャベツ使用

★牛乳

★鯖のおろしソース

☺八王子産だいこん使用

★ごはん

★みそけんちん汁

☺八王子産にんじん、長ねぎ使用

# 令和6年4月11日 木曜日の給食



## 春キャベツ

春キャベツはやわらかく、みずみずしいのが特徴です。

ビタミンCが豊富に含まれていますが、他にもビタミンKが含まれています。

### ✦ビタミンK

ケガや内出血を起こしたときに止血する大切な働きがあります。また、ビタミンDと同じく、カルシウムが骨になるときに必要なビタミンです。



八王子市教育委員会  
八王子市学校給食センター檜原