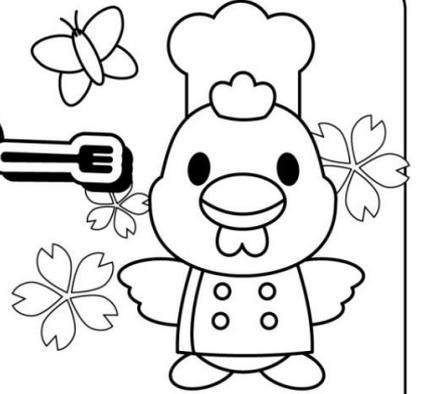


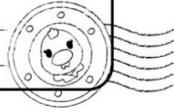


しょくいけしや



ご入園・ご進級おめでとうございます。安田物産と申します。

環境が変わりワクワクドキドキでいっぱいの新学期。給食の時間が、少しほっと出来る時間になるよう頑張っております。よろしくお願致します。



朝ごはんを食べよう！

朝ごはんは、1日のエネルギー源です。朝ごはんを抜くと、エネルギー不足で、集中力が欠けたり、疲れたり、イライラしたりします。

.....朝ごはんの効果.....



朝ごはんを食べることでエネルギーや栄養素が補給され、五感も刺激されて、体や脳が目覚めます。そして、寝ている間に低下した体温を上昇させます。また、よくかんで食べることで、脳に刺激を与えて脳の働きが活発になるほか、胃に食べ物が送り込まれると腸が動き始めて、朝の排便をうながします。

.....ポイント.....

朝ごはんをしっかり食べるためには、夜遅く食べたり夜更かしなどをしないで、早寝、早起きを心がけることが大切です。



旬の食べ物～たけのこ～

たけのこは竹の新芽で、春が旬の食べ物です。

とても成長が早く、生えてから10日以内に食べないと竹になってしまうところから竹の下に旬という字がついて「筍」という漢字になりました。茹でたたけのこの切り口によく見られる白い粉は、アミノ酸の一種で「チロシン」というもので、たけのこのうま味のもとです。

気力をアップさせる効果があるといわれています。洗ひ流さないようにしましょう。



当社の地域農業・産業への応援と食品ロスの取り組み

3月まで使用させて頂いていた神奈川県海老名市所在「泉橋酒造株式会社」の酒米に続いて、今回はその酒米を日本酒用に磨く際に出た粉を米粉として使用させて頂く事になりました。普段は生産の段階で廃棄されてしまう見えない食品ロスを削減したい、生産者を応援したいという気持ちから給食で使用させて頂きます。

4月に鶏のから揚げの衣に使用して提供させて頂きます。サクッと軽い食感で、冷めても油っぽくなりにくいのが特徴です。

※献立の都合上、提供していない事業所もあります。



YASUDA Co., Ltd

