

# きょうのこんだて

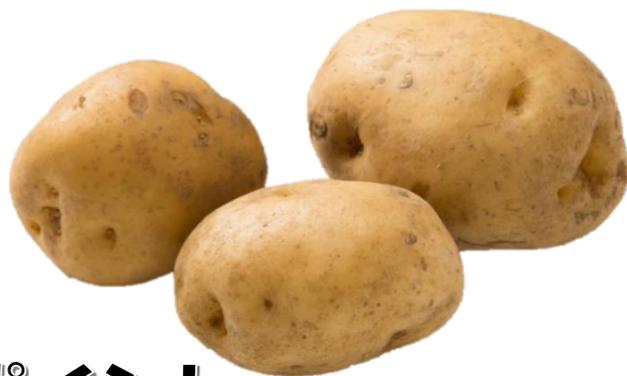
10がつ31にち

ごはん

グリーンスープ

にんじんしりしり

ツナポテト



## きょうのポイント

じゃがいも

じゃがいもは土壌も特に選ばないうえ、保存がきくためいつでも出荷されています。基本的に寒い土地の野菜なので、北海道が生産地全体の70%ほどをしめています。

新じゃがは、春から夏の初めに出回るものを指すことが多いです。採れたてのじゃがいもは皮が薄く、みずみずしいです。3月ごろから鹿児島を中心に回り始めます。

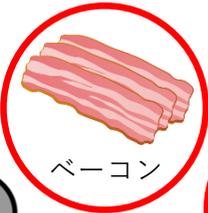
スープで青、人参で赤  
コーンで黄「信号献立」  
交通安全を  
守りましょうね。



# 10がつ31にち きょうのたべもの



こんぶ



ベーコン



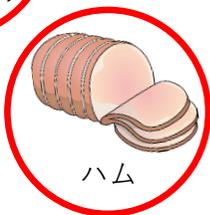
とうにゅう



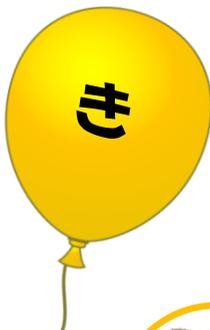
しろいんげん



ツナフレーク



ハム



米粉

こめこ



さつまいも



あぶら



ふりかけ



マーガリン



ごはん



じゃがいも



マヨネーズ



にんじん



とうもろこし



ほうれんそう



あかピーマン



たまねぎ

