給食だより

2025 11 月号外①

富良野学校給食センター

11月13日 (木) は・・・ ふるさと食材の日「樹海かぼちゃ」!!





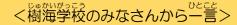




11月のふるさと食材の白は、毎回好評の 「ブナーゲー〜ドー〜おいしい樹海かぼちゃパイ〜」

です。樹海学校のみなさんが作ってくれたかぼちゃを 使わせていただきます。

樹海学校では「くりゆたか」「雪化粧」の2種類のかぼちゃを育てています。今回、使わせていただく「くりゆたか」は、甘みが強くてホクホクとした食感が特徴です。





手作りのパイです! 味わって食べてね♪ がんばって がんばってよ~!



かぼちゃには、 $\mathring{\beta}$ -カロテン、ビタミン $\dot{\tilde{E}}$ 、 $\dot{\tilde{C}}$ などが豊富に含まれています。 $\mathring{\beta}$ -カロテンは、体内でビタミン $\dot{\tilde{A}}$ にかわり、皮膚や粘膜を保護する作用があります。かぜ予防に食べたい食品です。

