

給食室から皆さんへ

令和 7 年 10 月 21 日

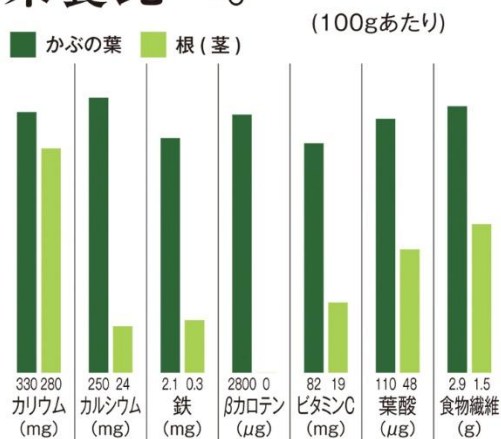
SCHOOL LUNCH LETTER

蕪

かぶは大根と見た目が似ていますが、大根は土の下で大きくなり、かぶは土の上で大きくなります。かぶも大根も、実(根)より葉の方がビタミンやミネラルが多く栄養価が高いです。今日のサラダには、かぶの葉も入っています。



かぶの葉と根(茎)の栄養比べ。



今日はサラダにしました！