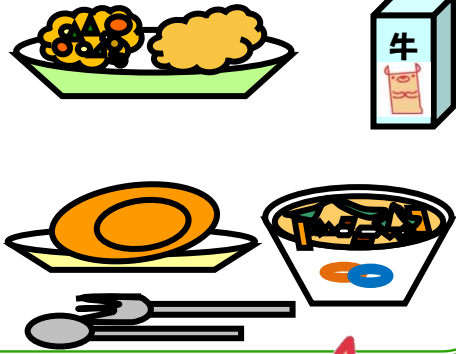


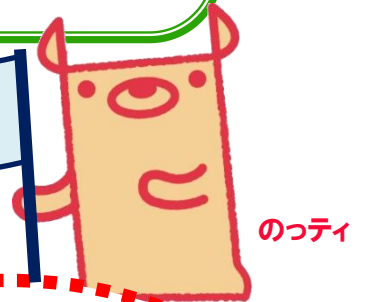
# 29日は、野々市の献立です！

## 今日のこんだて

ミルクロール 牛乳  
ののいちハーブチキン  
ヤーコンいりチョップドサラダ  
じばさんやさいたっぷりスープ



野々市産の食材を使用したメニューです♪



## ハーブ

野々市の「けやき野苑」で作られたハーブを届けてもらいました。ハーブチキンには、バジル・ローズマリー・レモングラスの3種類のハーブを使っています。ハーブのよい香りが、お肉のうま味を引き立ててくれます。



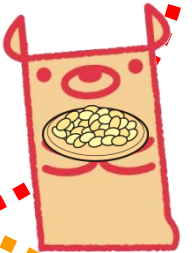
## やさい

地元でつくられている野菜は、収穫してから私たちのもとへ届くまでの時間が短いので、しんせんです。つくっている人が近くにいて、安心して野菜をはこぶのためのエネルギーも少なくすむのでかんきょうにもやさしいですね！



## だいず

野々市の「林農産」の林さんが作ってくれた「大豆」です。大豆は「畑の肉」といわれるように、からだをつくるもとになるたんぱく質が多くふくまれています。今日は、栄養たっぷりの大豆を、チョップドサラダに入れました。



## ヤーコン

野々市ヤーコン倶楽部の方々が作ってくれた「ヤーコン」です。さつまいものような形をしています。食べると、あまくてシャリシャリとくだものの梨のような歯ごたえがするのが特徴です。ヤーコンには、おなかの調子をよくしてくれるオリゴ糖がたくさんふくまれています。