

2月18日(水)

もやしのからしあえ

ミンチカツ(1人1個)



牛肉

知って  
いましたか?



堺市は、都市別牛肉消費ランキングで、年間の1人あたりの消費量と支払金額が第1位です。西日本の牛肉消費量は、東日本より多い傾向にあります。

牛肉は良質なたんぱく質・鉄分・ビタミンなどが豊富で、疲労回復や健康維持に役立ちます。

(出典)

大阪府HP 家計調査でみる品目別ランキング(令和4年から6年平均)



ごはん

ビーフカレーライス