

給食センターからこんにちは

2月の小学校の献立より…

☆平成 23 年 2 月 15 日(火)の給食紹介☆

小学校

エネルギー: 630kcal たんぱく質: 24.9g

★ご飯

☆竹輪の磯辺揚げ

★大豆とひじきの煮物

☆けんちん汁

★黒糖ビーンズ

☆牛乳

☆☆☆☆クイズの答え☆☆☆☆

- ・ 磯辺揚げ: 大豆油
- ・ 大豆とひじきの煮物: 大豆・油揚げ・しょうゆ
- ・ けんちん汁: 豆腐・味噌
- ・ 黒糖ビーンズ: 大豆

★大豆パワー★

今日の給食は、「大豆」たっぷりの給食です。

「大豆」には、「畑のお肉」と呼ばれるほど、お肉に負けないような力を持っています。みなさんの筋肉や骨や歯など、からからだをつくるために必要な「たんぱく質」を多く含むからです。小さい粒の中に、こんなにすごいパワーを持っているのです。

給食クイズ ～大豆のかくれんぼ～

今日の給食にかくれている大豆から作られているものは全部で6種類です。

いくつわかりますか？

みんな大豆からできている



この日は、大室台小6年1組さんと一緒に給食を食べました。
同じクイズを出したところ、大豆以外の豆腐や味噌も答えてくれました。
素晴らしいですね♪油に変身していたのは、難しかったようでした。



大豆



油揚げ



大豆



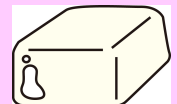
大豆



大豆油



みそ



豆腐