

9月5日 の給食メニュー

- ・食パン
- ・牛乳
- ・ポークビーンズ
- ・ほうれん草のソテー
- ・大豆チョコ



体をつくるもの	エネルギーになるもの	体の調子を整えるもの
牛乳	食パン	玉ねぎ (北海道産)
豚肉	じゃが芋 (北海道産)	人参 (北海道産)
大豆	砂糖	トマト
ベーコン	油	ほうれん草 (熊本県産)
	大豆チョコ	コーン

ぱくぱくだよい

ポークビーンズに入っている豆の名前はわかりますか？そう、大豆です。大豆には、私たちの筋肉や骨などのもとになる『たんぱく質』がたくさん入っていて、牛や豚などの肉を食べることが少なかった昔は、貴重なたんぱく質源でした。

では、ここで問題です。大豆は、その豊富な栄養から何と呼ばれているのでしょうか。

- ① 森のバター
- ② 畑の肉
- ③ 大地のりんご