

9月26日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・けんちん汁
- ・なすのみそ炒め



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	米 (宇佐市産)	人参 (北海道産)
豚肉	油	大根 (宇佐市産)
豆腐 (宇佐市産)	砂糖	ごぼう (宮崎県産)
油揚げ	里芋 (宮崎県産)	ねぎ (宇佐市産・豊後高田市産)
みそ	でんぷん	乾し椎茸 (宇佐市産)
		なす (熊本県産)
		枝豆

ぱくぱくだよい

なすは、きれいなむらさき色をしていて、夏から秋が旬の野菜です。あのむらさき色は、「アントシアニン」という色素で、アントシアニンは、ブルーベリーなどにも含まれていて、生活習慣病のもとになる活性酸素の働きを弱めるといわれています。

では、ここで英語の問題です！なすは英語でなんというのでしょうか。

- ①エッグプラント
- ②パープルプラント
- ③オータムプラント