

2月19日の給食メニュー

ご飯 納豆味噌 肉じゃが 牛乳



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(大分県産) 納豆 鶏肉(宮崎県産) 大豆 味噌 豚肉(佐賀県産) さつま揚げ	米(宇佐産) 砂糖 ジャガイモ	人参(熊本県産) 生姜(長崎県産) 玉ねぎ 枝豆 コンニャク

☆ 栄養士のひとくちコメント ☆




納豆には、糸引き納豆と寺納豆の2種類があります。
 糸引き納豆は蒸した大豆をわらに包んで自然に発酵させるか、納豆菌をかけて発酵させたものです。
 寺納豆は、納豆菌ではなく麹菌で発酵させた後、乾燥させるのでねばりはありません。納豆は昔、寒い冬に作られていたので、俳句では冬の季語にもなっています。


