

五中三二給食通信

令和5年 4月 19日 NO.9

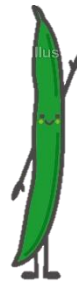


今日の給食は「いんげんのサラダ」です。今回は「さやいんげん」についてです。

さやいんげんはいんげん豆が成長する前に収穫したさやごと食べることができる野菜です。スーパーでも1年中見かけますが、旬の時期は5月から10月です。いんげんという名前は江戸時代に隠元さんいんげんが日本に伝えたためその名前から名付けられたと言われています。

緑黄色野菜で^{ベータ}βカロテン豊富な野菜です。今日はサラダにさせていただきます♪

今日の給食は
クラムチャウダーに
めがくらむ〜((+_+))



参考に盛り付けてね♪

《今日の献立》

きな粉ハニートースト

いんげんのサラダ

クラムチャウダー

牛乳



赤の食べもの	黄色の食べもの	緑の食べもの
血や肉になるもの	熱や力のもと	体の調子を整えるもの
牛乳 きな粉 ほたて あさり ベーコン スキムミルク 粉チーズ 生クリーム	食パン はちみつ バター 砂糖 油 ごま油 じゃがいも 小麦粉	キャベツ にんじん ホールコーン さやいんげん 玉葱 パセリ しょうが