五中三二流道信

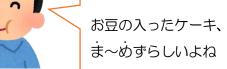
参考に盛り付けてね♪

令和5年 5月 15日 NO.24

今日の給食は「お豆の米粉ケーキ」です。 白花豆ペーストを使った和風のケーキです。 今回はお豆の米粉ケーキに入っている「白花豆」についてです。

白花豆は白いんげん豆のことで、名前の通り白く美しい花が咲きます。そのため、江戸時代のころは観賞用(見て楽しむもの)として作られていました。明治時代から徐々に食用として作られるようになりました。食感はホクホクしていて、おなかをきれいにする食物繊維がたくさんふくまれています。お豆が苦手な方も食べやすいメニューなので、味わって

白花豊のお花です♪



食べてください♪





かしわうどん ゆかり和え お豆の米粉ケーキ 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	うどん 砂糖	にんじん
鶏肉	米粉	干し椎茸
かつお節	きび砂糖	小松菜
昆布	バター	長ねぎ
白花豆	黒いりごま	だいこん
生クリーム		きゅうり
たまご		しそ葉