

五中三二給食通信

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。^{しろはなまめ}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^{かんしょうよう}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^{じょじょ}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、味わって食べてください♪



お豆の入ったケーキ、
ま〜めずらしいよね

^{しろはなまめ}
白花豆のお花です♪



参考に盛り付けてね♪

《今日の献立》

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 鶏肉 かつお節 昆布 白花豆 生クリーム たまご	うどん 砂糖 米粉 きび砂糖 バター 黒いりごま	にんじん 干し椎茸 小松菜 長ねぎ だいこん きゅうり しそ葉