

# 五中三二給食通信



令和 5年 10月 2日 N0.84

10月2日は何の日か知っていますか？ごろ合わせで10（とう）2（ふ）と読めることから「豆腐の日」です。

給食でもよく登場する食材ですが、豆腐は大豆からできていて大豆のしぼり汁（豆乳）に、にがりなどの凝固剤ぎょうこさいによって固めた加工食品です。たんぱく質もたくさんふくまれています。

今日の給食では花焼売しゅうまい、ほうれん草のみそ汁に豆腐が使われています。

今日は焼売で  
おしゅ（う）まい（おしまい）（\*´ω`\*）



参考に盛り付けてね♪

## 《今日の献立》

ごはん

豆腐入り花焼売

ごしきあ  
五色和え

ほうれん草のみそ汁

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 豚ひき肉 鶏ひき肉 豆腐 わかめ みそ かつお節	米 砂糖 油 でんぷん しゅうまいの皮	しょうが 長ねぎ 干し椎茸 玉葱 キャベツ きゅうり にんじん もやし ホールコーン ほうれん草