

五中三二給食通信

令和6年 5月 17日 NO.25

今日の給食は「ビーンズドック」です。今回はビーンズドックで使っている、「大豆」についてです。

大豆はお肉に負けないくらい栄養豊富な食材であることから別名「畑の肉」と呼ばれています。昔、日本人はお肉を食べる習慣がなかったため、主なたんぱく源として魚介類だけでなく大豆を食べてきました。大豆はそのまま食べるだけでなく、豆腐や納豆、しょうゆやみそなどの加工品としても使われるため、今でも日本の食生活には欠かせない食材です。

今日の給食では食べやすいように大豆を細かくきざみミートソースにして、パンにはさんで作りました。

大豆はだいず（大事）～('ω')



参考に盛り付けてね♪

《今日の献立》

ビーンズドック

アスパラ入りゆで野菜サラダ

パスタ入り野菜スープ

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 チーズ 豚小間肉 大豆	コッペパン 油 小麦粉 砂糖 マカロニ	にんにく 玉葱 エリンギ アスパラガス キャベツ にんじん ホールコーン しょうが