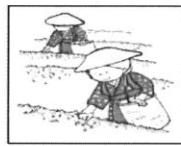
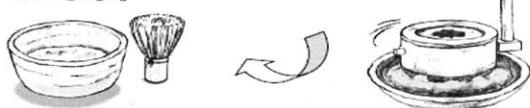


5月 30日(木)

まつ茶

まつ茶は、お茶の葉を、石うすで細かく粉状にしたものであります。和菓子や洋菓子、料理の材料などとしてよく使われています。



きょうのこんだて

かやくごはん
ぎゅうにゅう
みそしる
まっちゃういろう

| | |
|---|---|
| き | (おもにエネルギーのもとになる) ごはん あぶら、さとう じょうしんこ |
| あ | (おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、けいにく ちくわ、だしこんぶ、けずりぶし きざみのり、とうふ あかみそ、しろみそ、しろいんげん |
| み | (おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ、にんじん さんどまめ キャベツ、もやし あおねぎ |

クイズ18 「まつ茶」は、そのまま飲むと、にがく感じます。

おいしく飲むにはどうすればよいでしょうか。

① 水でうすめる ② あわ立てる ③ 凍らせる

一口メモ

○今日のデザートは「まつ茶ういろう」です。ういろうは、蒸して作る和菓子です。材料は、上新粉(うるち米をこなにしたもの)さとう、水だけです。材料を合わせて蒸します。



今日の給食のういろうは、新茶の季節に合わせて、まつ茶を入れています。きれいにまざるように、白いんげんまめのペーストも入れました。



○まつ茶は、お茶の葉を石うすで細かくこなにしたものです。お茶の葉は、てん茶という葉です。てん茶は、緑茶と同じ葉ですが、栽培の方法がちが

日光に当たらないようにおおっています。



います。緑茶は、日光に当てて育てますが、てん茶は、日光に当てないように育てます。また、まつ茶は、ビタミンや食物せんいもとれます。



上新粉



白いんげん(ペースト)



てん茶

| | | | | | |
|-------|------|------|-----|-----|------------|
| さんどまめ | 鹿児島県 | にんじん | 長崎県 | 青ねぎ | 徳島県 |
| たまねぎ | 佐賀県 | キャベツ | 茨城県 | もやし | ミヤマ(工場:岐阜) |

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②