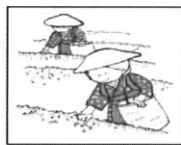


5月30日(木)

まっ茶

まっ茶は、お茶の葉を、石うすで細かく粉状にしたものを言います。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 しょうしんこ
あか	(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、けすりぶし きざみのり、とうふ あかみそ、しろみそ、しろいんげん
みどり	(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 「まっ茶」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「まっ茶ういろう」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、

まっ茶を入れています。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。



まっ茶は、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

います。緑茶は、日光

に当てて育てますが、

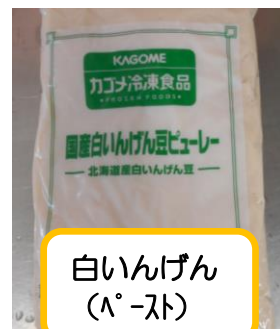
てん茶は、日光に当て

ないように育てます。また、まっ茶は、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

日光に当たらないように
おおっています。



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	ミャンマー(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