

7月 5日 (金)

# おおふくまめ 大福豆の栽培

おおふくまめ  
大福豆は、北海道の胆振地方や  
北見地方で栽培されています。

つるは3メートルくらいまで伸びる  
ため、支柱を立て、つるを巻きつけ  
て栽培します。



クイズ① 大福豆の色は、何いろでしょうか。  
①あずき色 ②白色 ③黒色

## 一口メモ

○今日の副菜は「おおふくまめのもの」です。

おおふくまめは、いんげんまめの  
なかまです。おおふくまめは、まっ白  
なまめです。おおふくまめの花もまっ  
白です。かわいい花が咲きます。



焼き物機

食物せんい、カルシウムなどがとれます。  
給食では、ミニバットにおおふくまめを入れて、  
熱湯を加えて30分間おきます。  
30分後に、さとう、しお、うすくちしょうゆを加  
えて、焼き物機に入れて、150度で90分間煮ます。



○みそしるには、夏野菜のとうがんが入っています。うりのなかまで、漢字で書くと「冬の瓜」と書きます。とうがんは、大きな野菜で、給食のとうがんも1こ5kgでした。

生まれたての赤ちゃんより重いです。

にんじん	和歌山県	たまねぎ	佐賀県	青ねぎ	徳島県
とうがん	鹿児島県	オクラ	高知県	えのきだけ	長野県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②

きょうのこんだて

ぎゅうどん  
ぎゅうにゅう  
とうがんのみそ汁  
おおふくまめのもの

き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん、あぶら、さとう
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 だしこんぶ、けずりぶし、 うすあげ、あかみそ、しろみそ、 おおふくまめ
みどり	(おもにからだのちょうしをとのえる) たまねぎ、にんじん、あおねぎ、 えのきだけ、とうがん、オクラ