

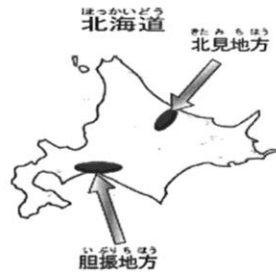
7月 5日 (金)

おお ふく まめ さい ばい

大福豆の栽培

おおふくまめ ほんかいどう いふりちほう
大福豆は、北海道の胆振地方や
きたみちほう さいばい
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。



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
おおふくまめのにももの

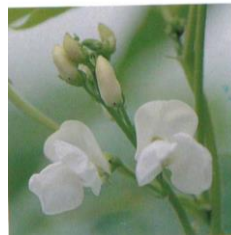
き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん、あぶら、さとう
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 だしこんぶ、けずりぶし、 うすあげ、あかみそ、しろみそ、 おおふくまめ
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ、にんじん、あおねぎ、 えのきたけ、とうがん、オクラ

クイズ5 おおふくまめ いろ 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

きょう ふくさい
○今日の副菜は「おおふくまめのにももの」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

しょくもつ
食物せんい、カルシウムなどがとれます。

きゅうしょく
給食では、ミニバットにおおふくまめを入れて、
ねつとう くわ ぶんかん
熱湯を加えて30分間おきます。

ぶんご
30分後に、さとう、しお、うすくちしょうゆを加
えて、やものき い ど ぶんかん に
焼き物機に入れて、150度で90分間煮ます。

なつやさい はい
○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
うり か おお やさい
瓜」と書きます。とうがんは、大きな野菜で
きゅうしょく
給食のとうがんも1こ5kgでした。
う あか おも
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	えのきたけ	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