

3月分の給食【3／3(月)～3／20(金)】

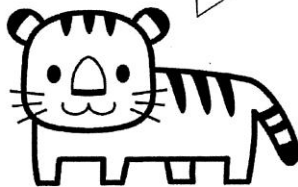
# 3月7日(金)

## とら豆

とら豆は、いんげん豆のなかまです。  
半分は白く、半分は薄茶色のとらのよう  
な模様があることからこの名前がつ  
きました。

とら豆は、煮えやすく、ねばりがあっ  
ておいしいので、煮豆の王様とも呼ばれ  
ています。

ほっかいどう  
北海道でたくさん  
作られています。



きょうのこんだて

にくじゃが  
はくさいのあまずづけ  
とらまめのにも  
ごはん  
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・ぎゅうにく・けずりぶし・ とらまめ
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・じゃがいも・サラダあぶら・ さとう
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・
り	はくさい

クイズ5 「とらまめのにも」は、さとうで味つけしていますが、その甘さを引き立てるために入れている

ちょうみりょう  
調味料はどれでしょう？

①塩

②酢

③酒

### 一口メモ

○4年生は、「なにわの伝統野菜」の栽培リーダーでした。



今日の「とら豆」です。  
弱火でコトコト柔らかくなるまで  
煮ます。調味料は、砂糖、塩、う  
すろしょうゆです。



### 産地調べ

「4年 育てて 描いたよ 勝間南瓜」ギャラリー上福にて展示中です。

じゃがいも	北海道	にんじん	鹿児島県	はくさい	茨城県
たまねぎ	北海道	グリーンピース(冷)	アメリカ	とら豆	北海道

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え: ① 昨日のきな粉にも、砂糖だけではなく、甘さを引き立たせるために塩が入っていました。