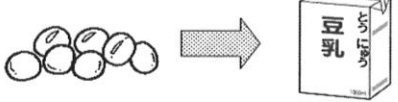


## 8月26日(水)

とう にゅう  
**豆 乳**



- とうにゅう げんざいりょう だいず  
・豆乳の原材料は大豆です。
- とうにゅう  
・豆乳には、たんぱく質が多く含まれています。
- とうにゅう  
・豆乳ににがりを加えて固めると、「とうふ」ができます。

## きょうのこんだて

ライむぎパン  
ぎゅうにゅう  
やきハンバーグ  
とうにゅうスープ  
キャベツとピーマンのソテー

き	おもにエネルギーのもとになる ライむぎパン あぶら じゃがいも
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう ハンバーグ とうにゅう
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる たまねぎ、コーン にんじん、パセリ キャベツ、ピーマン

クイズ7 つぎのうち、大豆からできているものは何でしょうか。

- ①うすあげ ②こうやどうふ ③みそ

## 一口メモ

健康委員会の活動として、給食に使用している食べ物のほたらきに分けています。  
火曜日の当番の子たちが、不定期で食べ物クイズを出題しています。きのうもクイズを出してくれました。見逃した人もチャレンジしてみてくださいね。  
クイズ「うすあげとみそは、何から作られているでしょう？ 1わかめ 2たまねぎ 3大豆」でした。

今日の給食の副菜は「豆乳スープ」です。



豆乳は、大豆から作られます。

大豆を水にひたして、すりつぶし

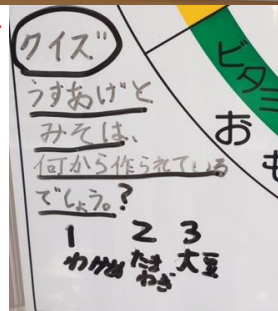
水を加えて煮つめてこしたものです。

給食では、大豆の固形分8%以上ある

無調整豆乳を使っています。豆乳も大豆と同じで、からだを

つくるもとになるたんぱく質や鉄分がふくまれています。

給食では、スープに入れることでまろやかさをだしています。



キャベツ	長野県	たまねぎ	北海道	ピーマン	大分県
にんじん	北海道	じゃがいも	北海道	パセリ	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：①②③