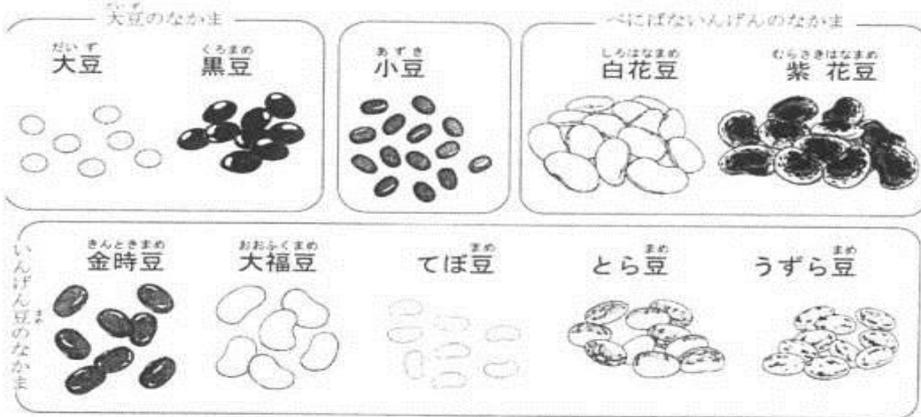


5月14日(水)

給食に登場する豆の種類を知ろう



きょうのこんだて

ぶたにくとピーマンのいためもの
すましじる
きんときまめのおこわ
ライむぎパン
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう・ぶたにく・だしこんぶ・けずりぶし・けいにく・きんときまめ・うすあげ
き	(おもにねつやちからのもとなる) ライむぎパン・サラダあぶら(めんじつ)・さとう・ふ(しらたま)・もちごめ
みどり	(おもにからだのちようしをととのえる) ピーマン・キャベツ・たまねぎ・にんじん・あおねぎ・しめじ

クイズ 8 すまし汁に、小さい白玉のような「ふ」が入っています。さて、「ふ」は何から作るのでしょうか？

①米粉

②でんぷん

③小麦粉

一口メモ

○みなさんは覚えていますか？三度豆の種が、インゲンマメだったこと。豆は種です。いろいろな豆(種)と、野菜や果物、そして穀類の種の大きさを比べると、こんなに大きさが違います。

○今日の「金時豆のおこわ」にはドライパックの金時豆が使われています。ドライパックというのは、ゆでた豆の汁をきり、袋に入れて密封したものです。加熱しているので、すぐに調理できる利点があります。

○3・4年生が栽培しているなにわの伝統野菜など、植物がしっかり根を張り、

土の中の養分や水分をしっかり吸い上げるために、今は毎日観察しながら、世話をすることが何より大切です。上福島では、水やりに「雨水タンク」を活用しています。みなさんは、成長を願いながら、じょうろで優しく根元に水をあげてください。

産地調べ

ピーマン	鹿児島県	たまねぎ	佐賀県	青ねぎ	徳島県
キャベツ	熊本県	にんじん	徳島県	金時豆(ドライパック)	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

(財)日本豆類基金協会 小学生向け学習読本
「生命のもと 元気のもと まめのはなし」から

タネのいろいろ大集合

いろいろな食べものタネをくらべてみよう。豆とほかの食べものタネとは、どのようなちがいがあるんだろう？

