

6月1日(水)

てぼ豆

てぼ豆は、白色をしていることから大福豆などとともに「白いんげん」ともよばれます。

たんぱく質や炭水化物、カルシウムのほかに、おなかの調子を整える食物せんいなども含みます。

今日の給食では、やわらかく煮た『てぼ豆』がスープの中に入っています。

きょうのこんだて

おさつパン
ぎゅうにゅう
けいにくのカレーマヨネーズやき
てぼまめのスープ
さんどまめとコーンのサラダ

き	おもにエネルギーのもとになる おさつパン マヨネーズ、オリーブゆ さとう
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう けいにく、ベーコン てぼまめ
みどり	おもにからだのちようしをととのえる にんにく、たまねぎ にんじん、パセリ さんどまめ、コーン

クイズ1 白あんはどの豆から作られているでしょうか。

① えだまめ ② てぼまめ ③ あずき

一口メモ

今日の副菜は「さんどまめとコーンのサラダ」です。

今日のさんどまめは、生のさんどまめを使っています。

大阪市の給食では、5月と6月に生のさんどまめを使います。生のさんどまめは、シャキシャキとした歯ざわりが



インゲンマメ

楽しめます。5年生が学習園で栽培している「インゲンマメ」も、さんどまめが収穫できます。

今月の給食では、9日のさんどまめのごまあえも生のさんどまめを使います。

5年生が栽培しているなにわの伝統野菜の「勝間なんきん」に、め花が咲いていました。

管理作業員の佐々木さんが昨日受粉をしてくださいました。



め花

お花

よく見るとちっちゃなめ花がありました。6年生のじゃがいもの花も咲いていました。

なんきんに
なる部分

じゃがいもの花

さんどまめ	鹿児島県	たまねぎ	佐賀県	にんにく	青森県
にんじん	愛媛県	パセリ	長野県	コーン(冷)	北海道

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②