

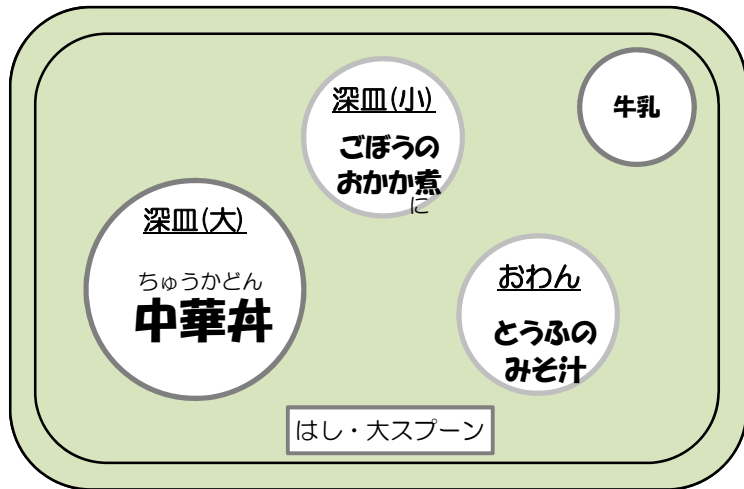
5月24日(金)

# ♪今日の給食

きのうはとうふのつくりかたをお話ししましたが、きょうはとうふのえいようかんが栄養について考えてみましょう。とうふはあるえいようそが豊富といわれていますが、それは次のうちどれでしょうか？

①炭水化物    ②たんぱく質    ③脂質(油)

答えは②の「たんぱく質」です。たんぱく質は体の血や肉をつくるえいようそです。



## ★今日の食材の産地

| 食材名    | 産地名            |
|--------|----------------|
| お米     | あおもり 青森・あきた 秋田 |
| 豚かた肉   | さいたま 埼玉        |
| 鶏ガラ    | みやぎ 宮崎         |
| 鶏もも肉   | みやぎ 宮崎         |
| いか     | アメリカ           |
| たまねぎ   | かがわ 香川         |
| しょうが   | こうち 高知         |
| にんじん   | ちば 千葉          |
| たけのこ   | ふくおか 福岡        |
| はくさい   | いばらき 茨城        |
| ちんげんさい | ぐんま 群馬         |
| ごぼう    | あおもり 青森        |
| 長ねぎ    | いばらき 茨城        |
| こまつな   | さいたま 埼玉        |

**お皿の位置に注意しよう！**