

11月17日（水）

「今日の給食」

今日の給食は
ビスキュイパン
ポークビーンズ
海藻サラダ
牛乳 です。

今日は大豆を使ったポークビーンズです。
ポークシチューと似ていますが、肉の形状
（ポークシチューは角切り肉を使います）と大豆をたっぷり使っているところが違う点
です。大豆はカルシウムや鉄分、食物繊維が多く含まれていて、成長期の児童に食べてほ
しい食材のひとつです。苦手な児童も多いですが、料理に合わせてみじん切りやピューレ
状にし、給食に取り入れています。

