

もぐもぐニュース

11月29日の給食

- て
・照り焼きチキン&ごぼうパスタ
- ・さつまいもサラダ
- ・ヨーグルトゼリー
- ・牛乳



具はおたまで1杯
入れすぎ注意

トング…パスタ



おたま…チキン&ごぼう



レードル…サラダ



手ぶくろ…ゼリー



☆ごぼうについて

ごぼうは11月から2月が旬^{しゅん}の野菜で、独特な歯ご^{どくとく}
たえと香りが特徴^{とくちょう}です。日本以外ではほとんど食べ
られておらず、海外の人は「日本は木の枝^{えだ}を食べる
のか」と驚^{おどろ}くそうです。日本では、食物繊維^{しょくもつせんい}が豊富^{ほうふ}
なごぼう^{けんこうしょくざい}を健康食材として古くから食べています。あ
じわって食べましょう！

栄養教諭：鷹取