

もぐもぐニュース

12月1日の給食

- ・カレーピラフ
- ・チーズオムレツ
- ・ひよこ豆と野菜のスープ
- ・牛乳

ケチャップをかけて
配ってね

深いおたまで1杯くらい

しゃもじ…ピラフ



トング…オムレツ



おたま、深いおたま…スープ



☆ひよこ豆について

ひよこ豆は、ひよこのくちばしのような突起が特徴の豆です。たんぱく質や食物繊維が豊富で、ホクホクとした食感が栗に似ています。スペイン語では「ガルバンゾー」といい、こちらの名前で呼ばれることも多々あります。今日はひよこ豆を使ってスープにしました。あじわって食べましょう！

栄養士：若狭