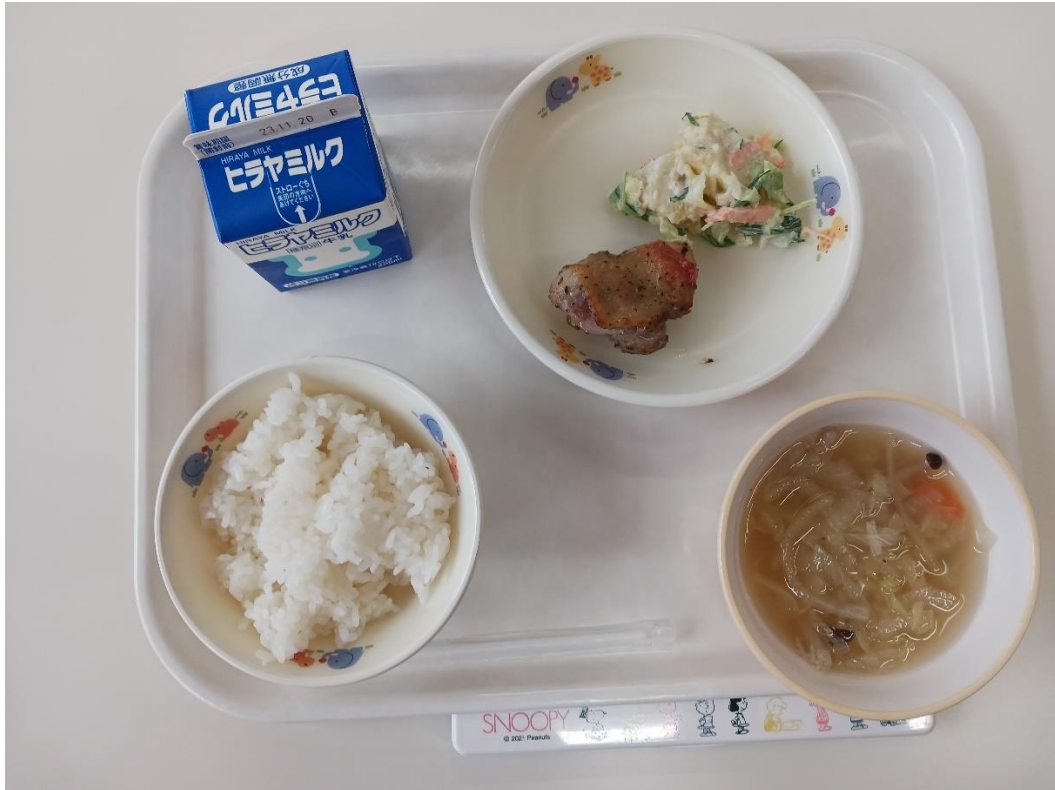


今日の給食

令和5年11月13日



今日の献立

ごはん、鶏肉のバジル焼き、さつまいもサラダ、白菜ときのこのスープ

(牛乳は毎日です。)

今日は「さつまいもサラダ」の紹介をします。ではさっそくですが、クイズです。

さつまいもは植物のどの部分を食べているのでしょうか？

- ①茎
- ②実
- ③根

正解は③の根でした。さつまいもは、地下にはった根が太くなったものです。いもの中には、さつまいものように根を食べるものと、じゃがいものように地下の茎(くき)が太くなった部分を食べるものがあります。さつまいもは、炭水化物が多く、ビタミンCや食物繊維(しょくもつせんい)もたくさん含まれています。

今日はさつまいもとキャベツ、にんじん、水菜を一緒にサラダにしました。