

今日の給食

令和8年9月14日

今日のメニュー

ごはん、厚揚げのそぼろあんかけ、キャベツのおかか和え、かきたま汁、牛乳



＜年中児のプレート＞

今日の食材紹介とクイズ(栄養教諭の先生より)

今日は「厚揚げのそぼろあんかけ」の紹介とクイズをします。では、さっそくクイズです。

厚揚げは何からできているのでしょうか？

- ①大豆
- ②小麦粉
- ③牛乳

正解は①の大豆です。

大豆は「畑の肉」とも呼ばれ、たんぱく質が豊富(ほうふ)に含まれています。血や筋肉(きんにく)など体を作るもととなり、みなさんに積極的(せっきょくてき)にとってほしい栄養素の一つです。

今日はオーブンで焼いた厚揚げにそぼろあんをかけました。

今日もおいしく作ってくださる調理員さんに感謝をしていただきましょう。