

らんち♡たいむ

令和4年2月



2月の給食目標は、「いろいろな豆や豆製品を食べよう」です。日本では、昔からよく働くことや、体が丈夫なことをたどって「まめ」といいます。これは、豆がとても栄養のあるものとして、昔から日本人に親しまれてきたからです。今月の給食には、たくさんの種類の豆や大豆製品が登場しますので、しっかり食べて、「まめ」に過ごしましょう。



大豆は「畑の肉」といわれるほど、肉と同じはたらきをする赤の食べ物のなかまです。そのままでは食べることのできない大豆を加工することでおいしく食べやすくしてきました。

