

きゅうしょくしつからのおしらせ

れいわ ねん  
令和6年

2月15日(木)

# きょうのもりつけ

★焼きさつまいも団子★

こまつな  
小松菜ごはん

じゃーじゃんどうふ  
家常豆腐



きゅうにゅう  
牛乳

★5年生が  
考えた  
メニュー★

ちよつとメモ

きょう なまあ はなし なまあ とうふ かこうひん  
今日は“生揚げ”のお話です。生揚げは、豆腐の加工品  
 とうふ はんぶん き みすけ き あぶら あ  
で、豆腐を半分くらいに切り、水気を切って油で揚げたも  
 なか なま なまあ よ ちいき おお  
のです。中が生なので、“生揚げ”と呼んでいる地域が多い  
 ようですが、“厚揚げ”とも呼ばれています。これは、油揚  
 うすあ よ たい よ な なまあ  
げが薄揚げと呼ばれることに対して呼ばれる名です。生揚  
 えいよう とうふ えいよう あぶら くわ  
げの栄養は豆腐の栄養に油を加えたようなものですから、  
 しつ おお ほうふ とうふ くら  
たんぱく質やカルシウムを豊富にふくみ、豆腐に比べると  
 ししつ おお きょう なまあ つか じゃーじゃん  
脂質が多くなっています。今日は生揚げを使った“常家  
 どうふ  
豆腐”にしました。ボリュームのあるおかずです。しっか  
 た  
り食べましょう。

きょう じ ば のうさんぶつ つづきいさおのうえん なが なかのうえん こまつな  
今日の地場農産物 都築 勲 農園より長ねぎ、中野農園より小松菜です。