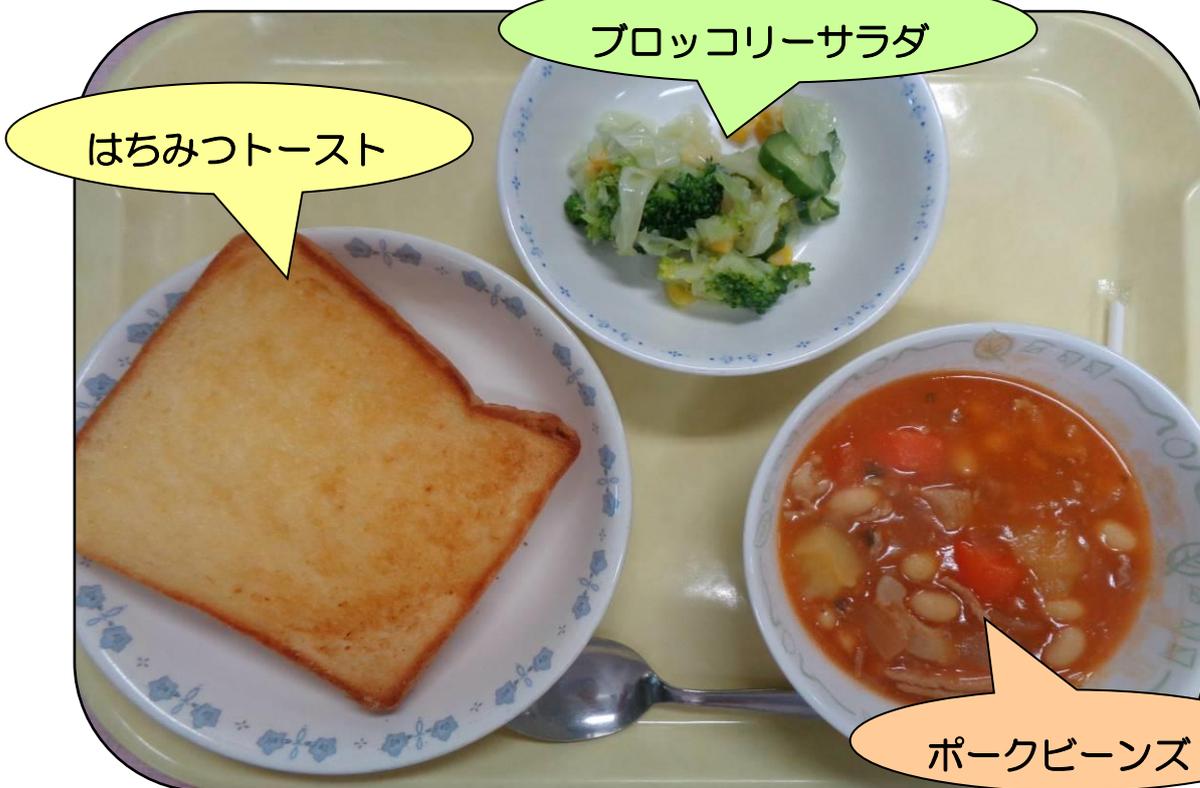


きゅうしょくしつからのおしらせ

# きょうのもりつけ

れいわ ねん  
令和6年

12月12日(木)



ぎゅうにゅう  
牛乳

ち  
よ  
っ  
と  
し  
メ  
モ

きょう 今日<sup>はなし</sup>は“ポークビーンズ”のお話です。ポークビーンズ  
しろ は白いんげん<sup>まめ</sup>豆と豚肉<sup>ぶたにく</sup>をトマト<sup>あじ</sup>味で煮込んだ<sup>にこ</sup>アメリカの  
かていりょうり 家庭料理<sup>ぶたにく</sup>です。豚肉の代わりにソーセージ<sup>か</sup>、ベーコン<sup>しおづ</sup>、塩漬  
にく け肉<sup>つか</sup>などを使うことも多い<sup>おお</sup>そうです。給食<sup>きゅうしょく</sup>では白いんげ  
まめ ん豆<sup>か</sup>の代わりに大豆<sup>だいず</sup>をよく使<sup>つか</sup>っています。今日も大豆<sup>きょう</sup>で作  
った“ポークビーンズ”です。食材<sup>しょくざい</sup>に豆<sup>まめ</sup>と豚肉<sup>ぶたにく</sup>と野菜<sup>やさい</sup>を使  
っている<sup>りょうり</sup>ので、この料理<sup>せいちょう</sup>1つでも成長<sup>ひつよう</sup>に必要な<sup>えいよう</sup>栄養<sup>えいよう</sup>がしっ  
かりと摂<sup>と</sup>れる“優<sup>すぐ</sup>れもののおかず”です。食べ物<sup>たもの</sup>の栄養<sup>えいよう</sup>を  
むだにせず、豆<sup>まめ</sup>の粒<sup>つぶ</sup>もしっかりよくかんで<sup>のこ</sup>残<sup>た</sup>さず食べるよ  
うにしましょう！