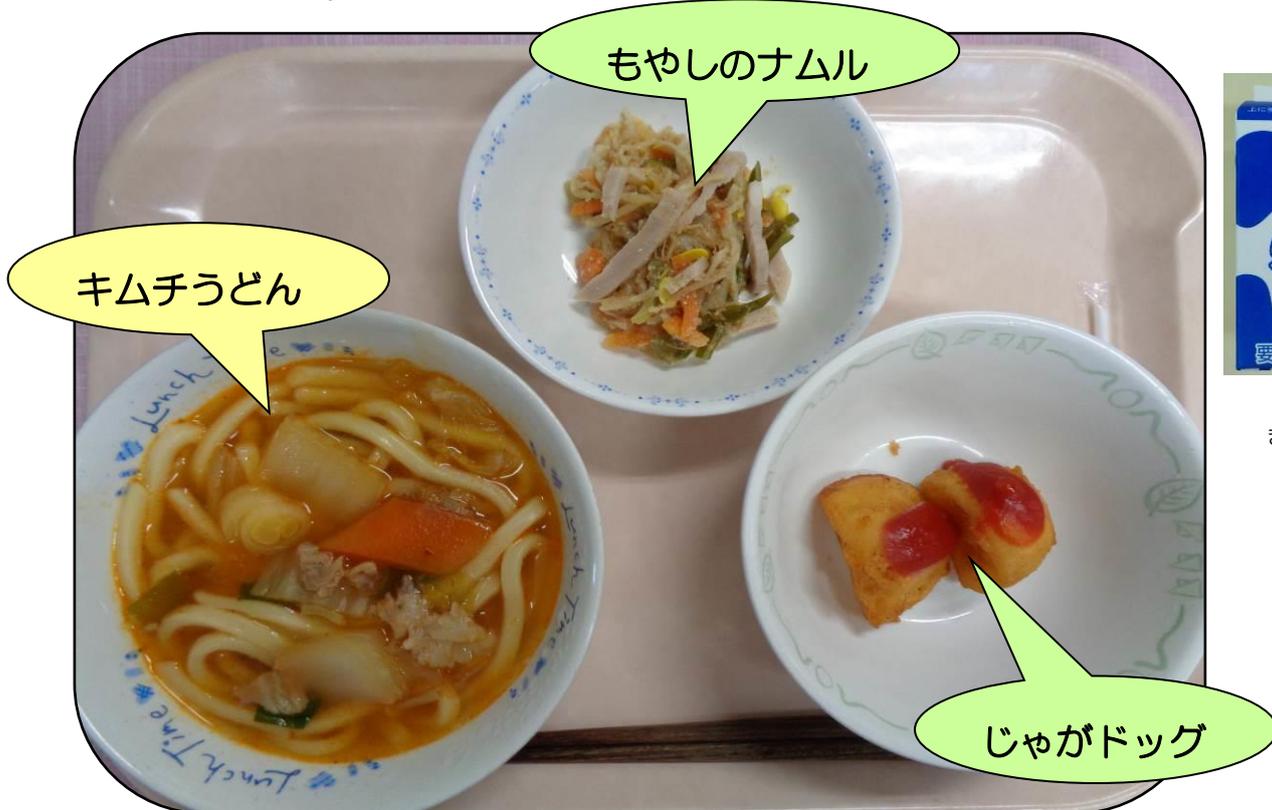


きゅうしょくしつからのおしらせ

れいわ ねん
令和7年

2月28日(金)

きょうのもりつけ



きゅうにゅう
牛乳

ちよひしつメモ

きょう あぶらあ はなし あぶらあ もめんとうふ
今日は“油揚げ”のお話です。油揚げとは、木綿豆腐を

うす き あぶら あ あぶら あ ししつ
薄く切って油で揚げたものです。油で揚げるので、脂質が

おお た えいようせいぶん とうふ
多くなりますが、その他の栄養成分は豆腐とかわりません。

あつ き あぶら あ あつあ なまあ たい うす き
厚く切って油で揚げる『厚揚げ(生揚げ)』に対して薄く切

あ うすあ よ
って揚げるので、『薄揚げ』とも呼ばれます。いろいろなお

りょうり つか きゅうしょく ま にもの しる ぐ
料理に使われ、給食でも混ぜごはんや煮物、おみそ汁の具

りょう きょう ぐ
などに利用されています。今日はキムチうどんの具として

あぶらあ しょう きょう がつ お
油揚げを使用しています。今日で2月も終わり、いよいよ

あした がつ た びょうき ま からだ
明日から3月です。しっかり食べて、病気に負けない体をつ

くり、
がくねんさいご つき むか
学年最後の月を迎えましょう。