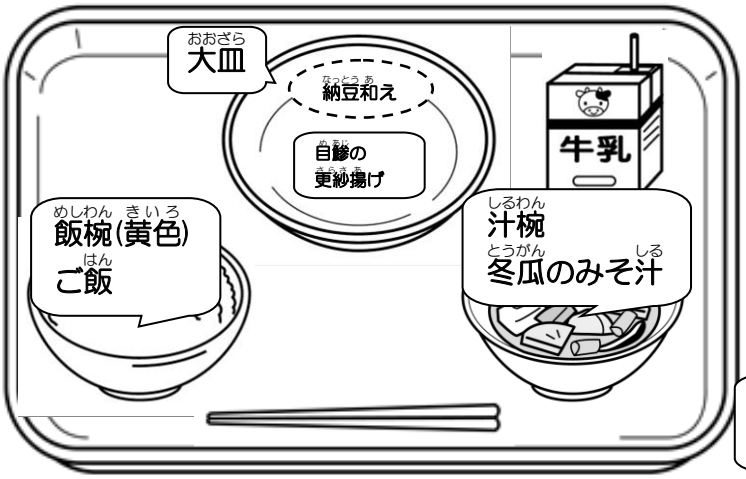
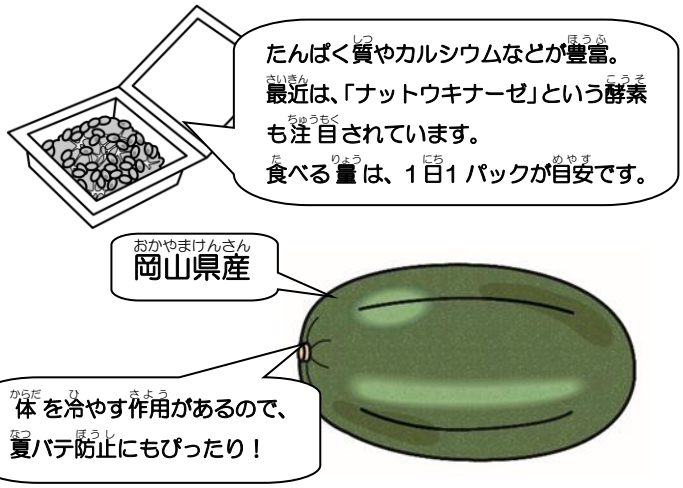
きゅうしょくニュース

令和６年７月１０日水曜日

今日は「納豆の日」＆「冬瓜の日」





今日は、「７１０」という語呂合わせから、「納豆の日」です。

納豆は、水で戻した大豆を蒸し、納豆菌で発酵させた食べ物です。

原料の大豆は、畑の肉と呼ばれるくらい栄養価が高いですが、発酵させて、納豆にすることで、大豆の栄養が体に吸収されやすいうえに、「ビタミンＫ２」や「ナットウキナーゼ」などの新たな健康成分がプラスされます！

また、今日は、「冬瓜の日」でもあります。実は冬瓜は、夏が旬！「７は１０がん」という語呂合わせから、作られた記念日です。なぜ、夏が旬なのに冬瓜といわれるのは、皮が厚いため、冬まで保存できるからだそうです。

今日は、納豆和えと、冬瓜を入れたみそ汁を作りました。

☆今日の給食に使っている千葉県産の食べ物☆

米　牛乳　長葱　船橋市産→小松菜

先生方へ ロイロノートの資料箱→学校共有→給食メニューにきゅうしょくニュースや献立写真等が入っています。