

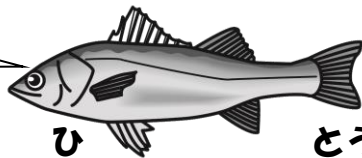


きゅうしょくニュース

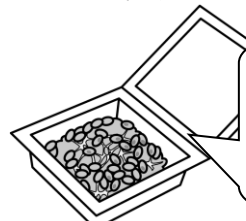
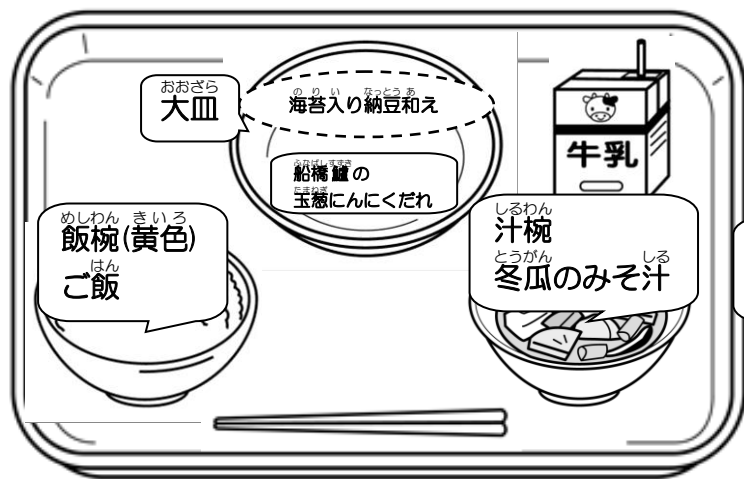


いま しゅん ふなばしさんすずき
今が旬！船橋産 鱸 ♪

れいわ ねん がつ と う か もくようび
令和7年7月10日木曜日

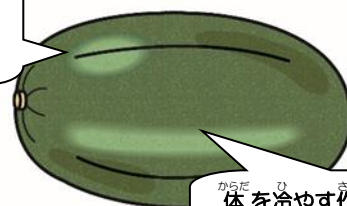


きょう なつとう ひ とうがん ひ
今日は「納豆の日」&「冬瓜の日」



たんぱく質やカルシウムなどが豊富。
最近、"ナットウキナーゼ"という酵素
も注目されています。
食べる量は、1日1パックが目安です。

かながわけん
神奈川県
みうらはんとうさん
三浦半島産



からだを冷やす作用があるので、
夏バテ防止にもぴったり！

あ す ねんせい し ないじゅんし ふなばしこう い
明日は、3年生が市内巡視で、船橋港へ行くそうです。そこで、
いま しゅん ふなばしこう みずあ すずき しゅさい と い こんだて
今が旬の船橋港で水揚げされた 鱸 を主菜に取り入れた献立です。

ふくさい なつとう ひ さんばん ぜ の り い なつとう あ
副菜は、「納豆の日」にちなみ、三番瀬の海苔を入れた納豆和え
げんりょう だいす はたけ にく よ えいようか たか
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
はっこう なつとう だいす えいよう からだ きゅうしゅう
れやすいうえに、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！
なつ と う ごろ あ つく きねん び
「7は10がん」という語呂合わせから、作られた記念日です。
なつ しゅん とうがん かわ あつ ふゆ
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
ほそん きょう しる い
保存できるからだそうです。今日はみそ汁に入れました。

しゅん ふなばしさんすずき たまねぎ きねん び さんばん ぜ
旬の船橋産 鱸 の玉葱にんにくだれ、記念日にちなんだ三番瀬
の り い なつとう あ とうがん しる あじ
海苔入りの納豆和えと、冬瓜のみそ汁を味わいましょう♪

きょう きゅうしょく つか ちばけんさん た もの
☆今日の給食に使っている千葉県産の食べ物☆

こめ ぎゅうにゅう ながねぎ しょうが ふなばししさん すずき こまつな
米 牛乳 長葱 生姜 船橋市産→ 鱸 小松菜

