

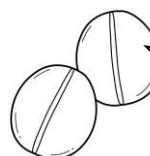
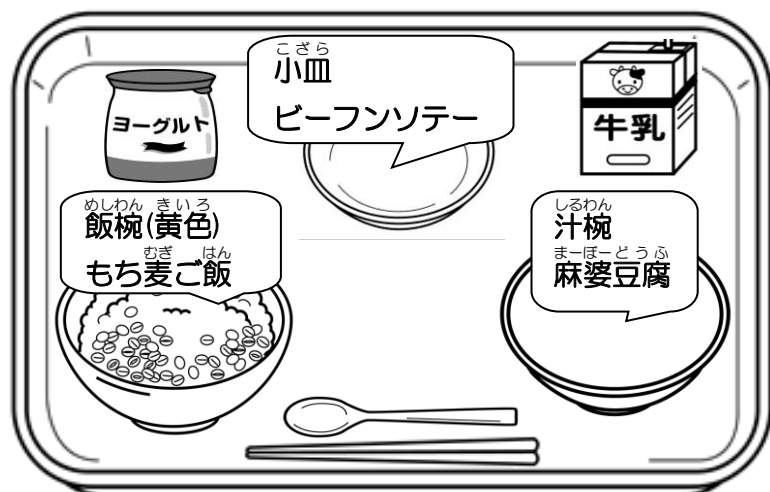


きゅうしょくニュース

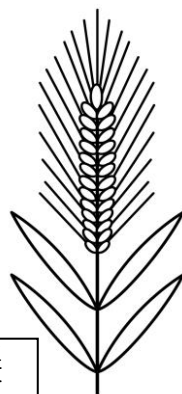


れいわ ねん がつ にちか ようび
令和7年12月16日 火曜日

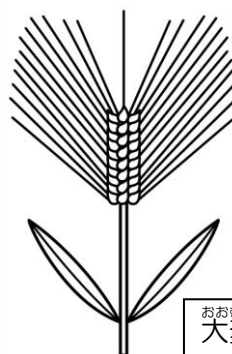
もち麦ってどんな食べ物？



なか ちょうし ととの
お腹の調子を整える
食物繊維がたっぷり！



こむぎ小麦



おおむぎ大麦

きょう はん むぎ はい
今日のご飯には、もち麦が入っています。

さて、ここでクイズ。もち麦は、小麦と大麦、どちらでしょう？

…答えは、大麦です。小麦はパンや麺の原料になるのに対し、大麦はビールや麦茶、ご飯に入れる麦などの原料になります。

もち麦は、昔から麦ご飯として日本で食べられていましたが、最近では、もちもち・ぷちっとした食感や、もち麦のもつ食物繊維の力が見直されており、注目を浴びています。

お米と同じように「うるち麦」と「もち麦」があり、いつもの麦ご飯は、「うるち麦」です。うるち麦に対し、もち麦は、もち米のようなもちもちした食感が特徴です。

今日は、もち麦の食感を楽しみながら、召し上がってください。

☆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 にんじん たら ちばけんさん たい もの
米 牛乳 人参 なら 船橋市産→キャベツ

