



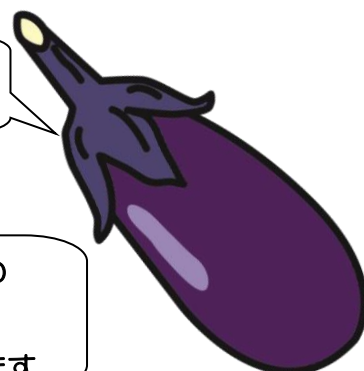
きゅうしょくニュース



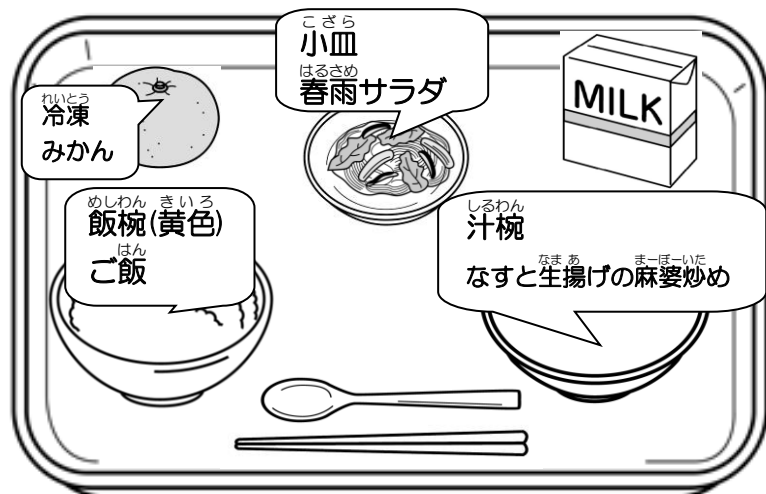
れいわ ねん がつ か かようび
令和8年7月14日 火曜日

いま しゅん
今が旬！なす♪

きょう
今日のなすは、
いばらきけんさん
茨城県産のものです。



ねんせい がくねんかだん
2年生の学年花壇の
なすも、花が咲き、
み 実がなり始めています。



なすは、今、2年生が学校で育てていますね！

インド生まれで、日本には中国から伝わり、奈良時代(710～784年)から、全国で広く栽培されてきました。

なすは、体の熱をとる作用があり、昔から暑さをとるために良いとされてきました。熱中症対策にも、ぴったりの食べ物です。

さて、クイズです。なすの紫色を料理でキレイに残すには、どれを使うと良いでしょう？ ①塩 ②ケチャップ ③油

…答えは、③油です。なすの紫色は水に溶けるため、調理すると色が抜けやすいのですが、油でコーティングしてから調理すると紫色が鮮やかに仕上がります。今日も、なすを油で揚げから、麻婆炒めにしました♪今がおいしいなすを味わいましょう♪

きょう きゅうしょく つか
☆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 こまつな にんじん
米 牛乳 きゅうり 長葱 ニラ 生姜 船橋市産→小松菜 人参