

給食紹介

令和 7年 5月 12日(月)

黒パン 牛乳
ポークビーンズ
シーザーサラダ

安中市内産の
『新たまねぎ』使用



よくかんで食べよう

今日は、大豆たっぷり、栄養満点“ポークビーンズ”です。豆・大豆製品は、食物性たんぱく質が豊富、カルシウムや鉄、食物繊維も多く栄養満点で優秀な食品です。また、よくかんで食べるので、歯の健康や脳を活発に働かせてくれる、とってもヘルシーで美容と健康にうれしい食品です。

今日は『ポークビーンズ』に“大豆”がたっぷり入っています。

乾燥の大豆を洗ってから、水に浸しておいて、何回か煮こぼした後、他の食材と一緒に調理して仕上げます。トマト味のおいしいポークビーンズができました。おいしい新じゃがいも・新たまねぎとともにしっかり大豆も食べて、元気に過ごしましょう。

『ポークビーンズ』も『シーザーサラダ』もかみかみメニューです。よくかんで食べましょう。

～給食では、みなさんの健康を応援しています。～