

きゅうしょくしター

新座市立八石小学校

令和7年6月27日

えだまめについて

きょう はん つか
今日のご飯に使った「えだまめ」は、
ねんせい と
3年生がさやから取ってくれました。



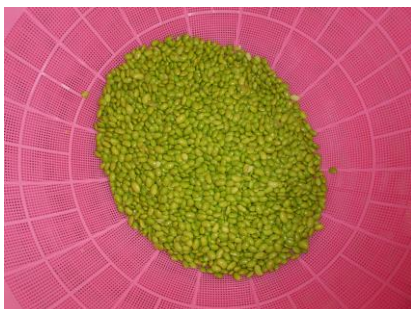
えだまめは、「畑^{はたけ}の肉^{にく}」とよばれる大豆^{だいず}と同じように
からだ つく
体を作るたんぱく質^{しつ}をたっぷり含^{ふく}んでいます。



だいず ちが
大豆と違うところは、ビタミンやカロテンもたくさん
ふく えいようまんてん
含み栄養満点です。

と しんせん
さやから取れたたてのえだまめは新鮮で、おいしいですね。

いっしょうけんめい さやからと^とだ^だし出^だしてくれた3^{ねんせい}年生^{ちやうりいん}や調理員さん
への感謝^{かんしゃ}の気持ち^{きもち}を込^こめて、おいしく残^{のこ}さずいただきましょう。



きゅうしょくしつ こんぶ
給食室で昆布のだし汁^{じゅう}
につけておき、炊いたご
飯^{はん}に混ぜました。