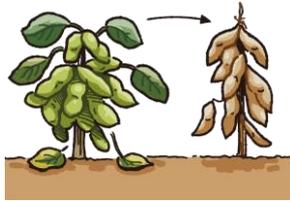
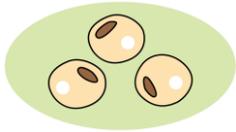




# 大豆



お米とともに古くから栽培されていた穀物の一つ。そのまま料理に使うだけでなく、さまざまな食品や調味料に加工され、昔から日本人にとって重要な食べ物です。動物の肉と同じように脂質やたんぱく質といった栄養素を多く含むことから、「畑の肉」とも呼ばれ、海外では主に油脂の原料として利用されます。また、最近では大豆ミートといった「代替肉」の原料としても注目が高まっています。大豆には、薄い黄色の「黄大豆」のほか、お節料理の黒豆の材料となる「黒大豆」、うぐいすきな粉に加工される「青大豆」など、種皮の色や粒の大きさが異なるさまざまな品種があり、煮豆、豆腐、納豆、みそなどの用途に合わせて栽培されています。日本の食卓に欠かせない大豆ですが、その一方で多くを輸入に頼っている現状もあります。

野菜の「枝豆」や「もやし」も大豆からできています。



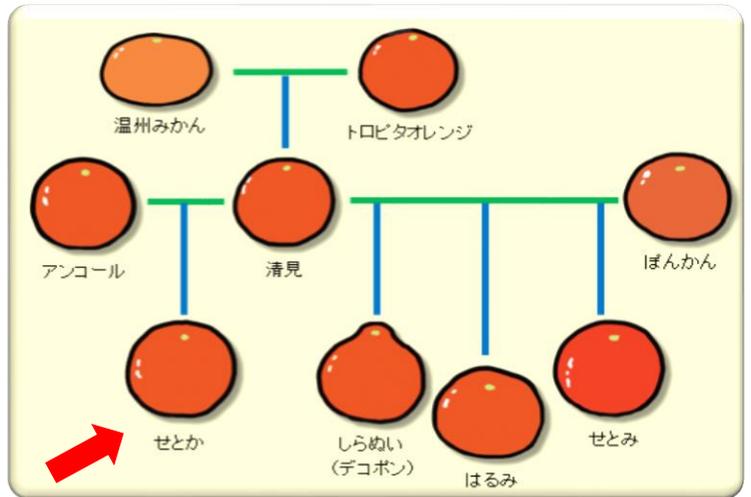
枝豆



大豆もやし



冬の時期には、給食に果物がたくさんです。柑橘類はいろいろな種類がありますが、より美味しいみかんを作るために品種改良されています。右の図のように、はじめは温州みかんですが、いろいろな品種をかけ合わせて「せとか」や「はるみ」のように美味しい品種ができています。12月には“紅まどな”が登場しましたが、2月には“せとか”がです！ たのしみですね♪  
外皮や薄皮をむいて食べられるように、ご家庭でも練習するなどご配慮いただけますと幸いです。



## ○献立についてのお知らせ

2月28日はピンクシャツデーのため、献立に「デザート（いちごのフール）」を追加します。アレルギー等ご心配のある方は、お問い合わせください。



毎月19日は  
**食育の日**



今年度の食育の日のテーマは、  
「国語の教科書を  
給食で味わおう！」です。

2月は、小学4年生で学習する  
「白いぼうし」にでてくる”夏みかん“  
のデザートが登場します！  
お楽しみに♪



## お知らせ



2月分の引き落としは、

**2月5日（月）**に行います。

**4,110円（手数料込）**

残高の確認をお願いいたします。