



バレンタインデー

2月14日（水）

今日はバレンタインデーです！

『バレンタインデー』^いと言えば、『チョコ^{おも}レート』^うを思い浮かべる人^{ひと}も多い^{おお}と思います^{おも}。チョコレートは、カカオ豆^{まめ}から作^{つく}られています。板チョコ^{いた}として食^たべられるよう^いになったのは、今^{いま}から約17^{やく}0年^{ねん}くらい前^{まえ}からで、昔^{むかし}は、飲^のみ^みものでした。



今日^{きょう}の給食^{きゅうしょく}では、チョコレートは^{とうじょう}登場^{がた}しませんが、ハート型^{がた}の^なにんじん^いをシチュー^{なか}の中^いに入れて^いています。

みんな^{たの}で楽しく^{たの}いただきます^{たの}しょう！





かまっ子の日：ほうれん草

2月18日（月）

ふゆ おうさま そう 冬やさいの王様、ほうれん草

こんげつ ひ やさい そう
今月の『かまっ子の日』の野菜は、「ほうれん草」
です。ほうれん草は、にし げんさん せかいじゅう
西アジアが原産で、世界中で
た やさい
食べられている野菜のひとつです。



そう
ほうれん草の「ホウレン」とは、
イランのことです。イランから
シルクロードをとお ちゅうごく ひろ
通って中国へ広ま
り、せいき にほん わた
17世紀ごろ、日本に渡ってきました。

そう てつぶん ほうふ
ほうれん草はカロテン、鉄分、ビタミンが豊富で、
め はたら ひんけつ よほう はたら
目の働きをよくし、貧血やかぜを予防する働き
があります。『ふゆやさい おうさま
冬野菜の王様』ともいわれています。

きょう きゅうしょく かまし
今日の給食は、嘉麻市でとれたほうれん
そう
草を『いそかあえ』にしました。

あじ た
味わって食べてくださいね。



世界の料理：アメリカ

2月21日（木）

アメリカのおふくろの味 『ポークビーンズ』

ポークビーンズは、アメリカの家庭料理の
ひとつです。給食でもよく登場するほど、
なじみの深い料理です。

豚肉と豆をトマトなどで煮込んだこの料理
は、血や肉となるたんぱく質が多く含まれて
います。日本では大豆を使いますが、アメリ
カでは、白いんげん豆を使うことが多いです。
また、豆の種類を変えたり、
スパイスで味を変えたりと
それぞれの家庭で違います。



今日の給食では、大豆を使ったポークビ
ーンズです。残さず食べましょう！