

# 食育ニュース

7月20日(月)

ドリンクをまぜましょう。

牛乳

副菜皿

中華サラダ

深皿

たんたん  
担々チャーハン

わかめスープ

飯椀

クイズ

Q.わかめの生産量1位の都道府県は、どこでしょう？



- ①岩手県 ②宮城県 ③徳島県

(答えは一番下に記載)



実際に海で見かけるわかめは、茶色っぽい色をしています。これはわかめが茶色と緑色の色素を併せ持っているためです。茹でることによって茶色の色素が分解され、熱に強い緑色の色素が残るため、見慣れた緑色になります。普段海で、わかめと知らずに触れていることがあるかもしれませんね。



給食室の様子

チャーハンは、小松菜、卵、人参、干し椎茸など、多くの下ごしらえが必要です。

