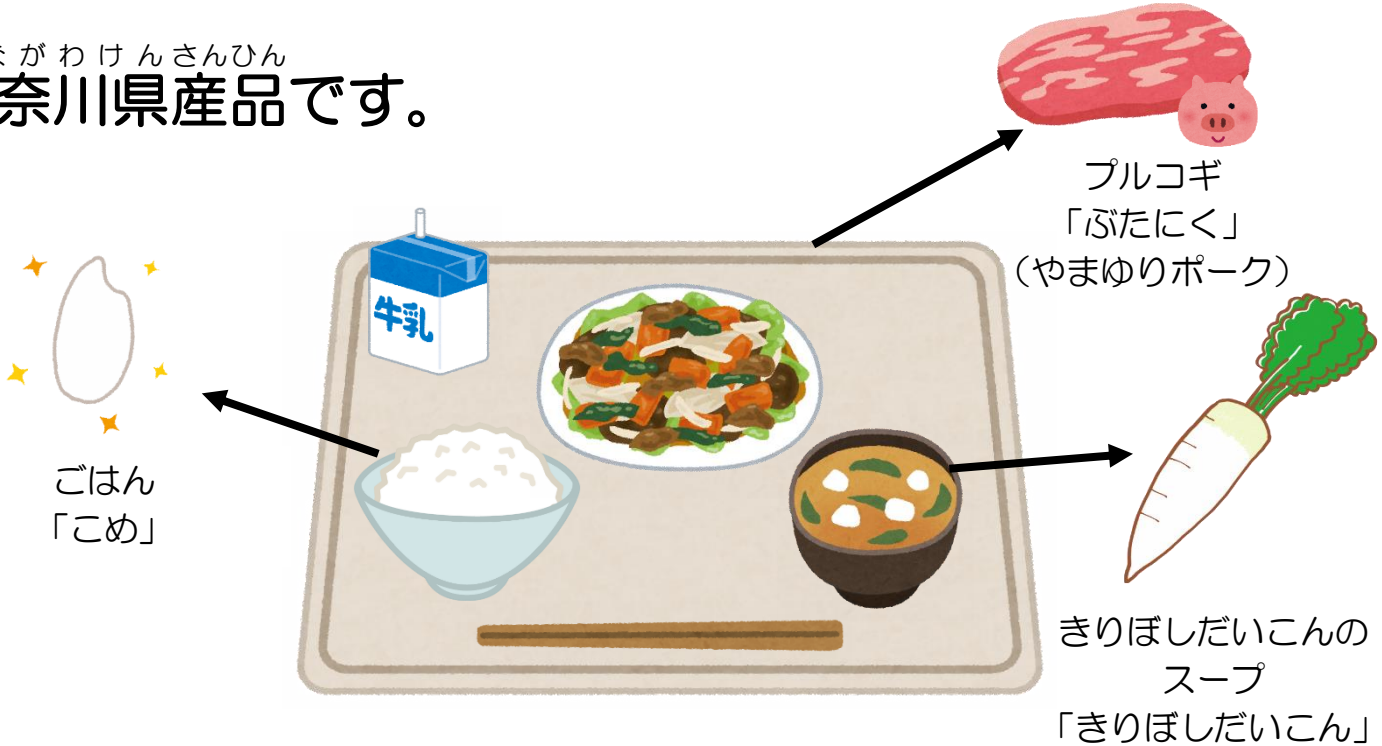




きょう
今日は、「こめ、ぶたにく、きりぼしだいこん」が

かながわけんさんびん
神奈川県産品です。



プルコギ
「ぶたにく」
(やまゆりポーク)

ごはん
「こめ」

きりぼしだいこんの
スープ
「きりぼしだいこん」

きりぼしだいこん かながわけん さいばい だいこん つか
「切干大根」は、神奈川県で栽培された大根を使い

つく だいこん ほ なが ほそん
作られました。大根を干すことで長く保存でき、

むかし きりぼしだいこん つく
昔から、切干大根が作られてきました。

じもと しょくざい かんしゃ
地元の食材に感謝しておいしくいただきましょう♪



きゅうしょく 給食クイズ

なま だいこん きりぼしだいこん
生の大根と切干大根では、どちらがたくさん

えいよう はい
栄養が入っているでしょうか？



- ① ② ③
- なま だいこん きりぼしだいこん
- ①生の大根 ②切干大根 ③どちらもおなじ

だいこん かんそう すいぶん
大根を乾燥させることで、水分が
な えいよう ぎょうしゆく
無くなって栄養がぎゅっと凝縮されるよ！
ほね つよ ちょうし
骨を強くする「カルシウム」やおなかの調子を
しよくもつせんい おお
ととのえる食物繊維がとっても多くなるよ♪

きりほしだいこん
こたえ：②切干大根



かなふう