

# 5月21日(水)給食通信

3-6年生



- ・ごはん
- ・さけの照り焼き
- ・油揚げのかりかりサラダ
- ・具たくさんみそ汁
- ・牛乳

今日のサラダには、油揚げをトッピングしています。油揚げはオーブンでカリカリに香ばしく焼いています。油揚げは、大豆から作られた食べ物です。大豆の加工品はたくさんあり、給食でも毎日のように登場しています。油揚げは、とうふをうすく切って油で揚げた食べ物です。とうふを厚く切って揚げたものは、「厚揚げ」または「生揚げ」といいます。「畑の肉」と呼ばれるくらい栄養のある大豆をおいしく食べるために、昔の人が知恵をしばって、たくさんの種類の大豆の加工品が生まれました。