

11月 7日(木)

おいしいなつうしん

◎きのうの正解◎ ③ 自由の女神像

◎今日のクイズ◎

少し前ですが、11月3日は「高野豆腐の日」です。「高野=こうや(58)」と読む語呂合わせから、新年まで残り58日である11月3日が記念日になりました。給食ではこの日にちなみ、

「高野豆腐のそぼろごはん」を作りました。また、今日は「食品ロス削減給食」として、ごはんは防災備蓄食品のアルファ化米100%で炊きました。高野豆腐は、豆腐を凍らせて乾燥させたもので「乾物」の一つです。乾物は日に干したり、水分が少なくなったりすることで、栄養価が高くなります。高野豆腐は、鉄分や食物繊維などの不足しがちな栄養素をたくさん含んでいます。しっかり食べましょう！

では、クイズです。高野豆腐の別名はなんでしょう？

- ① 乾燥豆腐 ② 凍り豆腐 ③ カチコチ豆腐

ぎゅうにゅう
ふっかつこうやどうふのそぼろごはん
やさいのにも
かぶのみそしる

もりつけかた

やさいの
にも

ふっかつ
こうやどうふの
そぼろごはん

かぶのみそしる

大わん

正解のクラス
ぜん
全クラス！

