

【食育の日のこんだて】



きょう 今日のこんだては、ごはん、牛乳、奈良の黒豆コロッケ、夏野菜きんぴら、もずくのすまし汁、味付のりです。

まいつき 毎月19日は食育の日です。奈良の黒豆コロッケと、夏野菜きんぴらのなすが奈良県産の食材です。奈良の黒豆コロッケは、河合町のKawai blackという黒豆を使ったコロッケです。Kawai blackは粒が大きいのが特徴の黒豆です。コロッケの中にほんのりあまい黒豆が入っています。おいしく食べてくださいね。

ここで黒豆のひみつをひとつ…黒豆の本当の名前は「黒大豆」といいます。黒豆と大豆、色はまったく違いますが、どちらも大豆のなかまです。