

きゅうしょく ～なかい給食メール～

きゅうしょくセンターから、こんにちは！



9月4日(金)

< きょうのこんだて >

みそラーメン

ぎゅうにゅう

あげギョウザ

(小学校:2こ 中学校:3こ)

< 栄養量 (小学校/中学校) >

エネルギー(Kcal) 624/803

たんぱく質(g) 23.3/29.5

脂質(g) 21.9/26.9

食塩相当量(g) 2.9/3.7

カルシウム(mg) 315/359

きょう はなし
今日のお話は「とうもろこし」についてです。とうもろこしは、こめ むぎ
なら さんだいこくもつ ひと わたし ゆ や た
と並ぶ三大穀物の一つです。私たちが茹でたり、焼いたりして食べる「ス
イート種」^{しゅ}のほか、ポップコーン用の「ポップ種」^{しゅ}、でん粉や飼料になる「テ
ント種」^{しゅ}などがあります。とうもろこしには、あたま さき ちやいろ
頭^{あたま}の先に茶色いひげのよう
なものがありますが、このひげは、とうもろこしの「めしべ」にあたり、
その数は実^{かず}（粒^み）の数^{つぶ}と同じです。ひげが多いほど実^{かず}が多いことになりま
す。とうもろこしは、みそ はい
味噌ラーメンに入っています。