

きゅうしょく

給食メモ 10月23日 (水曜日)

豆腐はなにから作られるか知っていますか？
まず、「大豆」から「豆乳」「おから」ができ、豆乳
をかためて「豆腐」が作られます。また、豆乳を
温めることで「ゆば」を作ることができます。



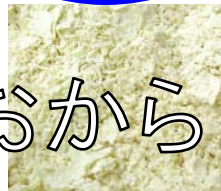
大豆



豆乳



豆腐



おから



ゆば

大豆は
いろいろな食品に生まれ変わります

豆乳は牛乳とよく似ていますが、元となるものは全く違います。牛乳は、牛の乳からしぼられています。豆乳は植物の大豆から作られています。



そのほかにも、しょうゆやみそ、納豆、きなこ、油揚げなど大豆を原料とする食品は、身の回りにはたくさんあります。このように大豆の仲間たちは、みんなの食生活にかかすことができません！好き嫌いないで食べましょう！

しょうゆやみそ、納豆、きなこ、油揚げなど大豆を原料とする食品は、身の回りにはたくさんあります。このように大豆の仲間たちは、みんなの食生活にかかすことができません！好き嫌いないで食べましょう！