

きょう きゅうしょく
今日の給食は、

揚げパン

ねんせい はじ
です。1年生は、初めて食べる給食の揚げパ
ンですね。2年生以上いじょうのみなさんの間では
にんき ねんせい
人気のメニューなので、1年生のみなさんに
も好きなメニューになってくれるとうれし
いです。

あ なまえ とお あ
さて、揚げパンは名前の通り、パンを揚げ
つく
て作ります。ソフトフランスパンを200℃
こうおん あぶら あ こ
くらいの高温の油で揚げ、きな粉とグラニ
とう
ュー糖をまぶすと出来上がりです。シナモン
あじ にんき きょう こあじ
味も人気ですが、今日はきな粉味です。

こ さくじつ はなし どうふ おな
きな粉は、昨日お話をした豆腐と同
だいず しょうひん だいず
じ、大豆から作られる食品です。大豆を
こう い す こ
香ばしく炒ってから搗ると、きな粉にな
ります。うちで、つく ひと
作ったことがある人も
いるかもしれませんね。栄養的には、成長
期のみなさんの体をつくるもとになる、
たんぱく質と鉄という栄養素が多いで
す。

