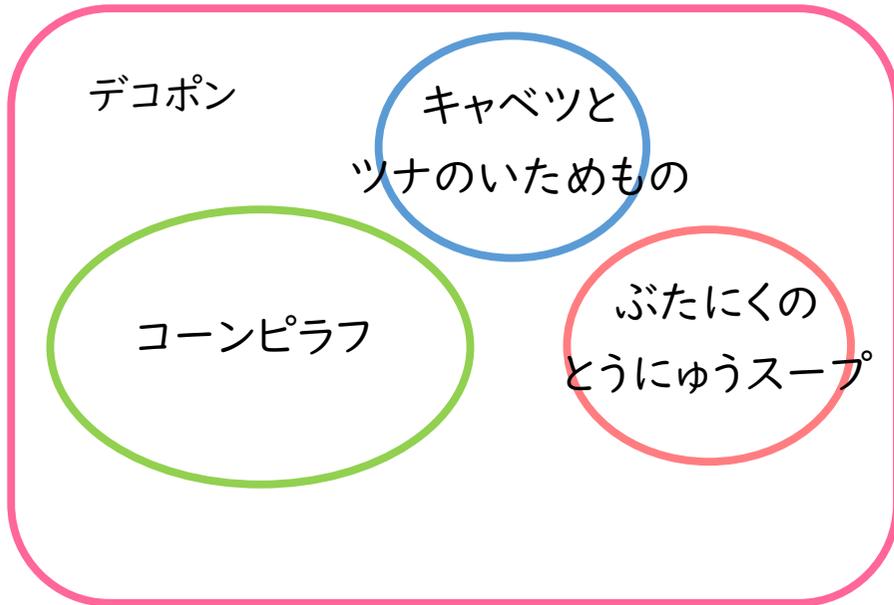


きゅうしょくしつ 給食室からのお手紙



だいず た 大豆を食べよう

だいず はたけ にく
大豆は「**畑の肉**」といわれ、皆さんのから
だに 必要なたんぱく質や脂質が たくさん含
まれています。日本では、今から2000年以
上前の弥生時代から作られていたそうです。
だいず いろいろ た もの へんしん きょう
大豆は色々な食べ物に変身します。今日の
スープに入っている豆乳は、大豆をすり潰し
てできます。豆乳を固めると豆腐になります。
みそや しょうゆなどの調味料も大豆からできて
います。