

きゅうしょくしつ 給食室からのお手紙 てがみ

がつとおか なっとう ひ 7月10日は納豆の日

・なっとうあえ
・アジフライ

ごはん

とんじる

あしたは
なっとうのひ
ネバ

なっとう むかし た にほん でんとうて
納豆は昔から食べられている日本の伝統
的な発酵食品です。名前の由来は様々な説
がありますが、「寺の納所（台所）で作ら
ていたから」「神様に納めていた豆だから」な
どといわれています。納豆のネバネバは、血
えき なっとう ちょうないかんきょう
液をサラサラにしたり、腸内環境をよくしたり
する働きがあります。

さかな しゅん あじ あじ
フライの魚は旬の鰺です。味がよいから
あじ なまえ
「鰺」という名前になったといわれています。

ねば～るくん