給食ひとくちメモ　2月17日（金）

デコポンは、その名の通り「凸」に似た形をしています。収穫してすぐは酸味が強いため、1か月ほど熟成させると酸味が抜けて甘くなります。メロンやキウイなども収穫後に熟成させる果物です。

料理の後ろのマークは、その料理が体の中で主にどんな働きをするかを表しています。

エネルギーになる…★

筋肉や骨をつくるもとになる…〇

体の調子を整える…＊

デコポン＊　牛乳〇

麻婆豆腐〇★＊

ごはん★　中華スープ＊