

## 3月6日（月）

きょうは「ゆで<sup>たまご</sup>卵」の“たまご”についてのおはなしをします。

日本で“たまご”が食べられるようになったのは、江戸時代頃だと  
言われています。にわとり<sup>じたい</sup>自体は、紀元前<sup>きげんぜん</sup>100年頃（約2000年  
前）に朝鮮<sup>ちようせん</sup>から伝わりましたが、仏教<sup>ぶっきよう</sup>で肉を食べることが禁止<sup>きんし</sup>され  
ていたこともあり、“たまご”もなかなか<sup>しょくよう</sup>食用にはならなかったよう  
です。

“たまご”は、にわとりの子どもであるヒヨコが成長するために  
必要<sup>ひつよう</sup>な栄養<sup>えいよう</sup>がすべて詰<sup>つ</sup>まった「完全栄養食品<sup>かんぜんえいようしょくひん</sup>」です。特に、体を作  
るもとになる、たんぱく質がたっぷりですので、残さずにしっかり食  
べましょう。