

2月1日（火）

きょうは、“ほうとう”のお話をします。

きょうの給食では、幅^{はば}が広い袋^{ひろ}入^{ふくろ}りのうどんを使っていますが、
本来^{ほんらい}の“ほうとう”は、かぼちゃ、ねぎ、ごぼう、にんじんなどいろ
いろな野菜や肉を入れ、幅^{はば}の広い麺^{めん}を生^{なま}のまま加え味噌^{みそ}味^{あじ}で煮込^{にこ}み
ます。うどんと違い、麺^{めん}を打^うった後、すぐ^{なま}に切^きって生^{なま}のまま煮込^{にこ}むの
で汁^{ねば}に粘^けり気^{とくちよう}が出ることが特徴です。さらに、様々な具材が入って
いるので、ビタミンや食^{しょく}物^{もつ}繊維^{せんい}などを豊富^{ほうふ}に摂^とることができます。
また、身体^{からだ}も温^{あた}まり寒い季節にはピッタリ^{こんだて}の献立^{けんりつ}ですので、しっか
り残さずによく噛^かんで食べましょう。