

10月10日(火)

今日の給食は ご飯 サバの味噌煮 カブの即席漬け 野菜のすまし汁 牛乳です。



カブは風邪の予防に役に立つビタミンCが豊富な野菜です。

特に葉の部分には ほうれん草の約2倍のビタミンCが含まれています。

【今日のクイズ】

カブは 別の名前で「すずな」と言います。

その名前の由来はどこからきたのでしょうか。

1. おいしい野菜なので「すぐなくなる」がなまって「すずな」になった
2. カブの白い部分が「鈴の形」に似ているから
3. 「涼しい季節に獲れる菜っ葉」だから



答えは2番です。

【魚には骨があります。気を付けて食べてください】