



令和6年7月

給食献立予定表



©いしいひさいち

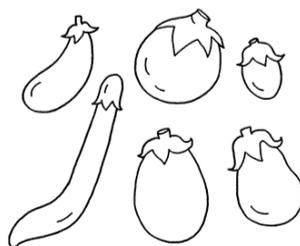
玉野市立学校給食センター

Table with columns: 日付 (Date), 献立名 (Menu Name), 主な材料 (Main Ingredients), エネルギー(kcal) (Energy kcal), エネルギー(kcal) (Energy kcal). Rows include items like 半夏生献立, パン牛乳とり肉のマスタード焼き, etc.

※この献立は予定のため、変更することがあります。

イロイロいろんななす

なすは、今から約1300年前の奈良時代には、すでに日本で栽培されていたといわれています。栽培の歴史が長いので、日本各地で、卵型なすや長なす、丸なす、白なすや青なすなど色や形も様々な品種が生まれています。



夏ばてに注意! (Beware of summer heat!) section with a dog illustration and text about staying hydrated and getting enough sleep.



なすの色素成分 ナスニン

なすの皮には紫色の色素成分のナスニンが含まれます。水に溶けやすいので、油で調理すると流れ出るのを防げます。