

10月23日（木）

- 麦ご飯
- シーフードカレー
- フレンチサラダ
- 牛乳



今日はいつものご飯に麦を混ぜて混ぜています。麦の種類には、小麦、大麦、はと麦、ライ麦などがあります。さて問題です。今日の給食の麦は何の種類が使われているのでしょうか？正解は・・・大麦です。水の吸収を良くするために大麦を押しつぶした麦「押し麦」が使われています。パンやスパゲティに使われる小麦は粉にするため食物せんいが少ないのですが、大麦は食物せんいが多く含まれます。