



かみかみ・ほねぶとこんだて



6月4日（水）

- ・チーズパン
- ・白いんげんのスープ
- ・ハムサラダ
- ・牛乳



よくかんで食べるかみかみこんだてです。カルシウムたっぷりのほねぶと献立でもあります。白インゲン豆は南アフリカのメキシコの近くでうまれたそうです。日本には中国のお坊さんで、いんげん禅師という人が1654年に持ち込んだので「インゲン豆」という名がついたと言われています。インゲン豆にはたくさんの種類があって、日本で知られているものは200種類、世界中では1000以上の種類があるそうです。今日は白いんげんの形のままのものと、裏ごしてつぶしたものも使っています。