



くろせんごくなっとう 黒千石納豆

令和 7 年 7 月 10 日
北空知圏学校給食センター



7月10日は「なっ(7)、とう(10)」の語呂合わせから、
納豆の日です。今日の給食は、北竜町で作られた黒千石
大豆の納豆が つきます。黒千石大豆は名前のとおり、黒い
小さな大豆です。この黒の色に含まれるアントシアニンは、
目の疲れをとる働きがあります。さらに納豆菌は腸内の
善玉菌を増やし、お腹の調子をよくします。

きをつけてね！

「たれ」と「わさび」がついています。

「わさび」はからいので、
食べる量に気をつけましょう。



ほくりゅうちょう

北竜町はここです。

