

# もやし

令和3年2月9日  
北空知圏学校給食センター

今日の給食は、もやしのおひたしです。もやしは味にくせがなく、いろいろな料理によく合います。そのため、給食では、和え物や、炒め物、スープなどにも、よく登場します。もやしは実は、植物の名前ではなく、米、豆、野菜などの芽がぐんぐん育つ「萌える」様子から名付けられたといわれています。では、クイズです。

## Q クイズ

もやししろが白いのはどうしてでしょう？

- ① 土つちがないから
- ② 光ひかりを当てないから
- ③ 水みずでよく洗あらうから



もやししょくもつは食物せんい  
やビタミン C が多く含  
まれていますよ♪

## A コタエ

② 光ひかりを当てないから



もやし工場

光ひかりをさえぎり、  
暗くらい場所ばしょで育そだて  
ることで白しろく長ながい  
芽めになります。

## もやしの種



ブラックマッペ



だいず  
大豆



りよくとう  
緑豆

