

「や=8」「さ=3」「い=1」の語呂合わせで、8月31日は「野菜の日」です。今日の給食は、野菜の日にちなみ、「夏野菜のミネストローネ」です。じゃがいも、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ズッキーニ、なす、とうもろこし、トマトが入っています。

みなさんは、野菜を食べていますか？ 実は、日本人がたくさん食べている野菜のランキングがあります。それでは、クイズです。

クイズ 日本人が一番よく食べている野菜は、どれでしょう？

① にんじん



② だいこん



③ はくさい



※日本人における野菜の摂取ランキング(厚生労働省調べ)

正解は、②だいこんです。①にんじんは5位、③はくさいは4位です。

(1位:だいこん・2位:たまねぎ・3位:キャベツ)

だいこんは、北海道が生産量1位です。さらに世界で一番だいこんを多く食べているのは、日本です。味にくせがなく、どんな料理でも、おいしく食べることができます。これから、北海道では野菜がたくさん収穫されます。ぜひ、旬の野菜を食べましょう！

