

ポークビーンズは、アメリカの家庭料理のひとつ

です。豚肉と豆をトマトで煮込んだ料理で、たんぱ

く質やビタミン、食物繊維がバランスよくとれるの

で、成長期のみなさんにぴったりの料理です。

給食では、粒が小さめの白いインゲン豆を使って

います。よく噛んで食べてみてください。





はちみつレモン toast、ポークビーンズ、フルーツヨーグルト