

# きょうのこんだて

5がつ26にち

ごはん

はやしらいす

ぐりーんさらだ



## きょうのポイント

にんじん

代表的な緑黄色野菜の1つです。色合いはカロテン色素というものです。少し青臭いと感じるのがこの色素です。

にんじんは大きく東洋系と西洋系に分かれますが、東洋系のにんじんはお雑煮でよく使われる金時にんじんで第二次世界大戦後まではよく使われていましたが、西洋系のにんじんの栽培のしやすさから今の主流は西洋系のにんじんになっています。



# 5がつ26にち きょうのたべもの

