

ちよこつと食通信



掲示用

No.238 令和5年9月発行

とちぎのうぎょうこうこう むぎ ちようげん き
栃木農業高校のもち麦で腸元氣

9月 日()

きょう しょうぶつ か がくか せいと みな ぞた
今日のスープには、栃木農業高校、植物科学科の生徒の皆さんが育てて

つか こんかい えいよう はな
くれたもち麦が使われています。今回は、もち麦の栄養についてお話ししま

なか なか しょくもつせん い ふく
す。もち麦には、お腹の中をきれいにしてくれる食物繊維がたくさん含まれて

りょう やく ばい くわ わたし からだ ちようし
いて、その量は、ごぼうの約2倍にもなります。加えて、私たちの体の調子を

どとの ほう ふ ちい つぶ
整えてくれるビタミンも豊富に含まれています。1つ1つの小さな粒に、栄養

がたっぷりつまっているのですね。

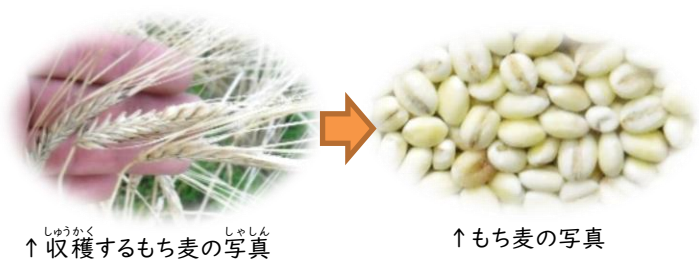
せんせい いっしょうけんめいつく けんこう
栃木農業高校の先生は、「生徒たちが一生懸命作ったもち麦、健康にも

た くだ
よいのでぜひ食べて下さい」とおっしゃっていました。もち麦の、ぷちぷち、も

しょっかん たの
ちもちとした食感を楽しみながら、

かんしゃ きも わす
感謝の気持ちを忘れずに

いただきますよ。



ラインマーカーのような機械で
おうふく たね
往復し種まきをしています。



ひりょう
肥料をまいています。



機械で収穫しています。