

## 8月28日(火)



暑くて食欲がない  
時には…

カレー、こしょうなどの  
香辛料やにんにく、しょうが、パセリなどの香りのある野菜も食欲を引き出します。



酢・レモンなどのすっぱい味や、くだものが酸味をやわらげます。



きょうのこんだて

チキンカレーライス[こめこ]

やさいのピクルス

ぶどうゼリー

ぎゅうにゅう

き	(おもにエネルギーのもとになる) じゃがいも、サラダあぶら さとう、ごはん
あか	(おもにからだをつくる) けいにく、ぎゅうにゅう
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ、にんじん、にんにく グリーンピース、りんごピューレ キャベツ、さんどまめ ぶどうゼリー

クイズ1 夏バテ防止に効果のある肉は、つぎのうちどれでしょうか。  
① 豚肉 ② 鶏肉 ③ 牛肉

## 一口メモ

○今日から2学期の給食がはじまります。大阪市は、8月9月10月を食物アレルギー対応サポート月間としています。  
今日のカレールウの素は、米のこなを原材料にしたもので、小麦粉は使用していないものです。

○2学期から牛にゅうパックの形が変わっています。

「ストローぐち」をめくってストローをさしてのみましょう。



ストローぐちをあけて、ストローをさしましょう。

給食室で牛乳パックを返すときは、容器をつぶさずにそのまま黄色の箱になおしましょう。のみのこしがあれば、牛にゅうパックを開いて、バケツに流してから箱に入れましょう。



米粉のカレールウの素



両側にひらきましょう。



つまみだして中身をバケツに流しましょう

デザートのはぶどうゼリーです。



たまねぎ	北海道	にんじん	北海道	三度豆(冷)	タイ
じゃがいも	北海道	キャベツ	長野県	にんにく	青森県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①