

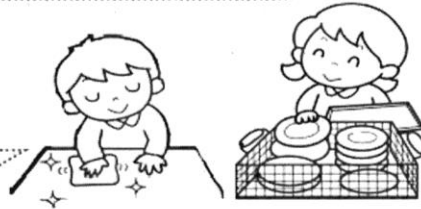
11月1日 (木)

準備や後かたづけを協力しよう



給食当番は、協力して
安全に運んだり、盛りつけを工
夫したりしましょう。

後かたづけは、クラス全員
で協力しましょう。



きょうのこんだて

ツナポテトオムレツ
スープ
きゅうりのバジルふうみサラダ
コッペパン
バター（キューブ）
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、バター、サラダあぶら さとう、パン、バター（キューブ）
あか	（おもにからだをつくる） けいらん、ツナ、ぶたにく 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） キャベツ、にんじん、たまねぎ パセリ、しめじ、きゅうり

クイズ1 「ツナポテトオムレツ」のツナとは、魚のかつおのことである。
○か×か。

① ○ ② ×

一口メモ

○早くも今日から11月です。11月は秋から冬へと季節が変わる月です。

今日の主菜は、ツナポテトオムレツです。

たまご（液卵）とツナ（油づけフレーク）とじゃがいもを合わせて、とかし
バターをかけて、焼き物機で210度30分間焼きました。

食べるときにケチャップをかけていただきます。

○オムレツと似た料理でオムライスがありますね。みなさんは、ちがいがわかりますか。



オムレツ

オムレツは、洋風のだまごやきです。
たまごとバターのみで作るのがスタンダードです。



オムライス

オムライスは、オムレツのアレンジ料理で
日本独自のメニューです。チキンライスを
たまごでつつんだ料理です。

たまねぎ	北海道	にんじん	北海道	きゅうり	群馬県
じゃがいも	北海道	キャベツ	愛知県	えのきたけ	長野県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①