

## 12月6日(木)



エリンギは、イタリア、フランス、ロシアなどで山や野に自然に生えているきのこです。

もともと日本にはないきのこでした。が、平成5年に愛知県で、はじめて栽培に成功しました。おがくずや栄養分を入れたびんで栽培されています。

「きのこのドリア」に、エリンギが入っています。



## きょうのこんだて

けいにくとじゃがいものスープに  
きのこのドリア  
ミニフィッシュ  
コッペパン  
いちごジャム  
ぎゅうにゅう

(おもにエネルギーのもとになる)

じゃかいも、せいはくまい  
サラダあぶら、クリーム、  
こむぎこ、パンこ、コッペパン  
いちごジャム

(おもにからだをつくる)

けいにく、ベーコン、  
ぎゅうにゅう  
ふんまつチーズ、  
ミニフィッシュ

(おもにからだのちょうしをととのえる)

キャベツ、だいこん、にんじん  
コーン、たまねぎ、グリンピース  
しめじ、エリンギ、  
マッシュルーム

クイズ4 ミニフィッシュは、何という魚からできているでしょうか。

① タイ ② イワシ ③ マグロ

## 一口メモ

○今週は「歯と口の健康強調週間」です。

今日のかむかむメニューは「ミニフィッシュ」

です。一口30回意識してかんで食べましょう。

給食時間には「健康委員会」からも放送しますので、よく聞いてください。食後には、

歯みがきサンバの曲に合わせていつもよりていねいに歯をみがきましょう。

○今日は「きのこのドリア」です。ドリアという料理は、バター



今週は、「歯と口の健康強調週間」です。よくかんで食べることを意識しましょう。

ライスやピラフの上にホワイトソースをかけてオーブンで焼いた料理です。日本で食べているドリアは、横浜のホテルの料理長が考えた日本生まれの料理です。

給食では、ベーコンにしめじ、エリンギ、マッシュルームのきのこをいため、湯につけた米、クリーム、からいりした小麦粉、牛乳を加えて煮、クラスごとの容器に入れて230度15分間焼きました。



しめじ



エリンギ



マッシュルーム



小麦粉のからいり

じゃがいも	北海道	にんじん	長崎県	キャベツ	兵庫県
たまねぎ	北海道	エリンギ	香川県	しめじ	奈良県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②