

1月25日(金)

みずな



京都で昔から栽培されていた京野菜です。京都では、「みずながお店に出るようになると、冬本番。」と言われています。

寒さがきびしくなる秋の終わりから冬にかけて、たくさんとれておいしくなる野菜です。

きょうのこんだて

さごしのしょうゆだれかけ
みそしる
みずなのにびたし
ごはん
ぎゅうにゅう

き	(おもにエネルギーのもとになる) さつまいも、さとう、ごはん
あか	(おもにからだをつくる) さごし、うすあげ、あかみそ じろみそ、たしこんぶ、ひたにく けずりぶし、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、はくさい、にんじん あおねぎ、みずな

クイズ13 冬に体の温まる「みずな」と「くじら」を使った鍋料理は、次のうちどれでしょうか。

① ハリハリ鍋

② バリバリ鍋

③ ノリノリ鍋

一口メモ

○今日の副菜は「みずなのにびたし」です。



みずなは、日本特有のやさいです。

京都で古くからさいばいされていました。「京菜」ともよばれています。

今日の給食のみずなは、大阪府で作られたものです。給食では、みずなを一年に一回1月だけ使うことができます。

ぶたにくといっしょに煮びたしにしました。

○今朝の児童集会で健康委員会が発表しました。昨日の給食

記念日にちなんで、給食クイズを行いました。

クイズにもでていた「給食では何種類のきのこが出るでしょう」

は、しいたけ、しめじ、えのきたけ、まいたけ、エリンギ、なめこ

マッシュルーム(水煮)の7種類のきのこが出ます。



【おまけクイズ】

朝のクイズにもありましたが、つぎの中で魚でないものをえらびましょう。



- ① キタマクラ ② ガシラ
③ おばさん ④ おじさん



はくさい	茨城県	にんじん	長崎県	青ねぎ	徳島県
たまねぎ	北海道	さつまいも	徳島県	みずな	大阪府

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：① おまけクイズの答え：③