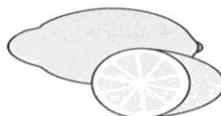


2月 8日 (金)

レモン



レモンは明治時代に日本へ伝えられました。
冬はあたたかく、夏は雨が少ない地方がレモンの栽培に
よいといわれています。広島県、愛媛県、和歌山県で多く
栽培されています。
給食では国産のレモンを使用しています。

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、「ごはん」
です。一口30回意識してかみましょう。

給食時間には、健康委員会からの放送もあります。よく聞いてください。食後は、
歯みがきサンバの曲に合わせて、ていねいに歯をみがきましょう。

今日の主菜の「赤魚のレモンじょうゆかけ」は、白身の赤魚を
レモンのさわやかな香りと酸味をきかせたじょうゆだれをかけ
ています。冬がしゅんの国産レモンを使用しています。

水曜日に4年生がなかよし畑で「田辺だいこん」を収かく

しました。小ぶりのだいこんでした。
昨日は5年生が家庭科の「家族と
ほっとタイム」の学習で白玉だんご
を作りました。白玉粉に水を加えて
よくまぜて、丸めてゆでた後、あんこ
をかけて食べました。

きょうのこんだて

あかうおのレモンじょうゆかけ
うすくずじる
こうやどうふのいりに
ごはん
ぎゅうにゅう

き	(おもにエネルギーのもとになる) さといも、でんぱん、サラダあぶら さとう、ごはん
あ か	(おもにからだをつくる) あかうお、けいにく だしこんぶ、けずりぶし ふたひきにく、ひじき こうやどうふ(ふんまつ) 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) レモン、はくさい だいこん、みつば にんじん、グリンピース

クイズ① 高野豆腐はカルシウムの多い食べ物である。○か×か。



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。



にんじん	長崎県	だいこん	鹿児島県	みつば	大分県
はくさい	愛知県	さといも	愛媛県	レモン	和歌山県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①