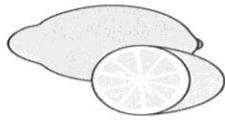


2月 8日 (金)

レモン



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、でんぶん、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、けすりぶし ぶたひきにく、ひじき こうやどうふ(ふんまつ) ぎゅうにゅう
みどり	(おもにからだのちようしをととのえる) レモン、はくさい だいこん、みつば にんじん、グリーンピース

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。



クイズら 高野豆腐はカルシウムの多い食べ物である。○か×か。

① ○ ② ×

一口メモ

こんしゅう は くち けんこうきょうようしゅうかん
○今週は「歯と口の健康強調週間」です。

きょう 今日のかむかむメニューは、「ごはん」

ひとくち かいしき
です。一口30回意識してかみましょう。

きゅうしょくじ かん けんこういいんかい ほうそう き
給食時には、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、

は きよく あ 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。

きょう しゅさい あかうお しろみ あかうお
○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しょうゆだれをかけ
ています。冬がしゅんの国産レモンを使用しています。

みずようび ねんせい はたけ たなべ しゅう
○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。

きのう ねんせい かていか かぞく
○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
をつくりました。しらたまこ みず くわ
よくまぜて、丸めてゆでた後、あんこ
をかけて食べました。



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 口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①



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。