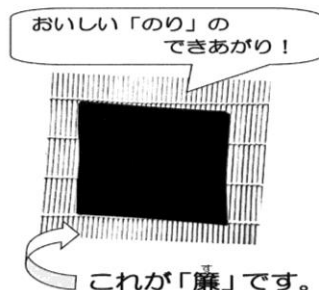


2月 12日 (火)

のりの作り方

きょうのこんだて

あげどりのねぎソースかけ
あつあげとはくさいのちゅうかに
やきのり
ごはん
ぎゅうにゅう



- ① のりの原料のあまのりを洗って、細かく切り、水とまぜる。
- ② 「藁」の上につすくしき、のばして水を切る。
- ③ 乾燥させる。

き	(おもにエネルギーのもとになる) でんぶん、なたねあぶら、さとう ごまあぶら、サラダあぶら ごはん
あか	(おもにからだをつくる) けいにく、やきのり、ぎゅうにゅう あつあげ
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) しょうが、しろねぎ、はくさい たまねぎ、にんじん、にら

クイズ7 「のり」は海草です。さて、何色のはたらきのある食べ物でしょうか。

- ① 黄色 ② 赤色 ③ みどり色

一口メモ

きょう きゅうしゅく
○今日の給食に「やきのり」がついています。



やきのりは、あまのりという
かい ほ
海そうを干したものです。

わたしたちが毎日食べてい
るもののなかには、干した
た
食べものがたくさんあります

今週は、「食育週間」です。
食について考えましょう。



のりの養しゅく

きょう きゅうしゅく ほ
○今日の給食で干したものは、やきのりのほかに、米もあります。

こめ
米をたいたものがごはんです。米も収かくしたあと、干しました。

ほ
○干したものは、食べものがもっている水分がぬけることです。

すいぶん なかも ほ
水分がぬけると、長持ちします。また、干すことでうまみがふえる
た
食べものもあります。

かくがくねん かい しゅく かん ほん としよしつ ほ
各学年に回らんしている食に関する本や図書室にも「干したから・・・」という本があります。

き かい よ
この機会に読んでみましょう。

【おまけクイズ】 世界には、いろいろな食べものを干しています。つぎのうち、実際に干したたべものは、どれでしょうか。

- ① チーズ ② かまぼこ ③ ヨーグルト

にんじん	熊本県	たまねぎ	北海道	白ねぎ	静岡県
はくさい	長崎県	しょうが	高知県	にら	高知県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：② おまけクイズの答え：①