

3月 4日 (月)

よもぎだんご

よもぎだんごの材料は、うるち米ともち米と

よもぎです。

うるち米

ふだんは、ごはんとして食べている米です。



もち米

もちや赤飯、おこわなどに使われている米です。



よもぎ

キク科の植物で、山や野原などに自然に生えています。春に生えるやわらかな新芽をすりつぶして、だんごに入れます。



今日の給食では、あまいみつをからめた「よもぎだんご」に、きな粉をかけて食べます。

一口メモ

クイズ2 きなこの色は黄色っぽい色ですが、緑色っぽいきなこもある。
○か×か。

①

○

②

×

○上福島小学校が大阪市と学校歯科医会から「よい歯と口の保持と健康増進について」賞状をもらった



ので、今日の児童朝会で校長先生から健康委員会の委員長が代表してもらい

ました。合わせて「歯と口の健康に関するポスター」で入選した児童も

表彰していただきました。

○今日の給食のデザートは「きなこよもぎだんご」です。

よもぎは、春の野草です。若い葉をつんで草もちやだんごにまぜます。よもぎだんごは、春を感じさせてくれる食品です。



きなこ

給食では、よもぎだんごを焼き物機で蒸してから、さとう、うす口しょうゆでつくったみつとからめます。

食べるときにきなこをかけて食べましょう。



よもぎ

きょうのこんだて

ぶたにくとれんこんのいたためにすましる
きなこよもぎだんご
ごはん
ぎゅうにゅう

| | |
|-----|--|
| き | (おもにエネルギーのもとになる) よもぎだんご、さとう でんぶん、サラダあぶら ごはん |
| あか | (おもにからだをつくる) ぶたにく、けいにく だしこんぶ、けずりぶし きなこ、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) れんこん、さんどまめ たまねぎ、はくさい、みつば にんじん |



| | | | | | |
|------|------|------|-----|--------|-----|
| にんじん | 鹿児島県 | はくさい | 愛知県 | みつば | 大分県 |
| たまねぎ | 北海道 | れんこん | 徳島県 | 三度豆(冷) | タイ |