

## 5月 8日 (水)



バナナは気温の<sup>き おん たか</sup>高い所で育ち、日本には<sup>にっぽん</sup>フィリピンやエクアドル、メキシコなどの<sup>くに</sup>国からたくさん<sup>ゆ にゆう</sup>輸入されています。

おもにエネルギーのもとになる<sup>たんすい か ぶつ</sup>炭水化物のほか、カリウムや食物せんい<sup>しょくもつ</sup>などが豊富<sup>ほうふ</sup>に含まれる<sup>くだもの</sup>果物です。

きょうのこんだて

こくとうパン (1/2)  
ぎゅうにゅう  
カレースパゲッティ  
キャベツのひじきドレッシング  
バナナ

き	(おもにエネルギーのもとになる) こくとうパン スパゲッティ さとう、あぶら
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう ぶたひきにく、ベーコン ひじき
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ、にんじん トマト、ピーマン にんにく、キャベツ、バナナ

クイズ2 バナナは、はたらきで分けると、黄・赤・緑のどのグループの食べ物でしょうか。

① 黄のグループ ② 赤のグループ ③ 緑のグループ

## 一口メモ

○今日はデザートにバナナがです。

バナナは東南アジアで今から5000年前には食べられていました。日本には今から116年前の明治36年に台湾から伝わりました。



左の写真は、バナナの花

です。バナナには、もともとたねがありましたが、今食べているバナナには、たねがありません。

バナナの茎の根っこのわきから出てくる新芽を使って、つぎの代のバナナを育てます。



フィリピン

○今日の給食のバナナは、フィリピンのバナナです。

バナナは、エネルギーのもとになる炭水化物が入っています。そのほかにもカリウム、食物せんいなどがたくさんふくまれているので、スポーツの後のおやつなどにおすすめのくだものです。バナナを入れたバナナヨーグルトもおすすめです。



キャベツ	兵庫県	にんじん	長崎県	にんにく	青森県
たまねぎ	佐賀県	ピーマン	宮崎県	トマト(缶)	イタリア

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③