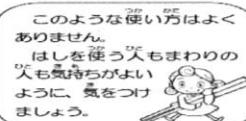
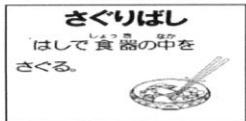
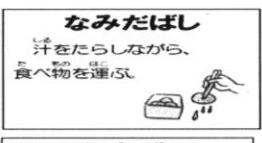
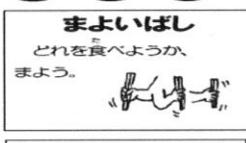


# 6月7日（金）

## ○はし こんな使い方をしていませんか？



### きょうのこんだて

ごはん  
ぎゅうにゅう  
けいにくのおろしじょうゆかけ  
みそしる  
やさしいため

き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん あぶら
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう けいにく うすあげ あみぞ しろみそ だしこんぶ けずりふし ツナかん
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) だいこんおろし ゆず たまねぎ もやし にんじん だいこんば キャベツ ピーマン

### 一口メモ

クイズ5 つぎの食べ物の中で、うすあげの材料になった食べ物は何でしょう。

- ① だいす ② えんどうまめ ③ ぎゅうにゅう

○今日の主菜は「けい肉のおろしじょうゆかけ」です。

りょうりしゅ したあじ や にく  
しおと料理酒で下味をつけて焼いたけい肉に、  
だいこんおろし、ゆず果汁、みりん、こいくちしょう  
ゆを合わせて作ったたれをかけました。

かじゅう ゆず果汁をいれることで、さっぱりとした味わいに  
あります。給食では、けいにくのほかに、さばやさごしなどの

や 焼きざかなにもおろしじょうゆをかけています。  
きゅうしょく

○昨日、6年生が家庭科で「朝食のおかずをいためて作ろう」をめあてに

ちょうりじゅう おこな  
調理実習を行いました。いためたのは、「スクランブルエッグ」と「野菜

いため」です。

ねんせい てぎわ やさい き わ ちょうり  
6年生は、手際よく野菜を切ったり、たまごを割ったりして調理していました。



ピーマン	高知県	にんじん	徳島県	だいこんおろし(冷)	茨城県
たまねぎ	佐賀県	キャベツ	愛知県	だいこん葉	熊本県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①