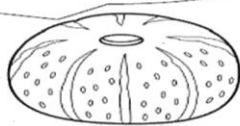


6月11日(火)

かぼちゃ

日本で栽培されているかぼちゃは、日本かぼちゃ、西洋かぼちゃ、ペポかぼちゃの3種類です。給食で使われているのは、西洋かぼちゃです。

かぼちゃは夏が旬の野菜です。煮ものや汁ものなど、いろいろな料理に使われています。



「すき焼き」は、「ふ」の個別対応献立です。

きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
すきやきに
やきかぼちゃ
やさいのそぼろいため

き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん ふ あぶら さとう
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう ギョウニク あつあげ ぶたひきにく あかみそ
みどり	(おもにからだのちようしをととのえる) たまねぎ えのきたけ かぼちゃ キャベツ ビーマン にんじん

クイズ かぼちゃの馬車に乗った童話の主人公は誰でしょうか。

① 赤ずきん ② シンデレラ ③ 白雪姫

一口メモ

○今週は、「歯と口の健康強調週間」です。給食時間に、かむかむメニューを担当の先生の指示に従って、一口30回よくかんで食べましょう。今日のかむかむメニューは「すきやき」です。食後は、「歯みがきサンバ」に合わせて、ていねいに歯みがきをしましょう。

○副菜は「やきかぼちゃ」です。かぼちゃは、ウリ科の一年草です。日本では、日本かぼちゃ、西洋かぼちゃ、ペポかぼちゃを栽培しています。給食では西洋かぼちゃを使っています。



日本かぼちゃ



ペポかぼちゃ



給食の西洋かぼちゃ

○昨日4年生が社会科の「健康なくらしとまちづくり」の勉強として、パッカー車体験学習を行いました。環境事業局の方々からごみのゆくえなどを教えていただきました。学校にやって来たパッカー車の壁面の絵は、昨年のこどもポスターコンクールで入賞した上福島小学校の2年生の児童の絵でした。



ピーマン	高知県	にんじん	徳島県	かぼちゃ	鹿児島県
たまねぎ	佐賀県	キャベツ	愛知県	えのきたけ	長野県

ごみの分別 口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②

今週は、「歯と口の健康強調週間」です。

