

6月20日(木)

はるさめ

給食で使われている「はるさめ」は、さつまいもやじゃがいものでん、ぶんから作られています。緑豆から作られる中國の「緑豆はるさめ」にくらべて、太く、もちもちとした食感です。



きょうのこんだて

ごはん
きゅうにゅう
マーポーはるさめ
チンゲンサイともやしのあますあえ
アーモンドフィッシュ

き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん はるさめ あぶら さとう
あか	(おもにからだをつくる) きゅうにゅう きゅうひきにく あかみそ アーモンドフィッシュ
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 たけのこ にら しょうが しいたけ チングセンサイ もやし

クイズ14 次の調味料で、どうがらしを材料に使っているものはどれでしょうか。
① 赤みそ ② 米酢 ③ 砂糖 ④ トウバンジャン

一口メモ

○火曜日に1年生が生活科で「がっこうたんけん」を行いました。5月に、2年生に案内してもらった



「がっこうたんけん」の経験をいかして、1年生だけでもありました。給食室にも来てくれました。いつもは、給食の時間に入る給食室ですが、ハヤシライスのルウを作っている様子

や給食室にある機械をめずらしそうに見ていました。

○今日の給食は「マーポーはるさめ」です。



はるさめは、白くてめんのようですが、そうめんなどと違って、小麦粉からは作られていません。はるさめの材料は、じゃがいもからとったでんぶんです。はるさめは、もちもちとした食感が持ち味の食品です。

【おまけクイズ】

給食では、マーポーはるさめのほかに、マーポーと名前がつく料理もだしています。つぎのうち、どれでしょうか。

① マーポーピーマン

② マーポーなす

③ マーポートマト

- 今週は、「食育週間」です。
- 食について考えましょう。



ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：④ おまけクイズの答え：②

チンゲンサイ	長野県	にんじん	長崎県	にら	高知県
たまねぎ	佐賀県	しょうが	高知県	しいたけ(乾)	大分県