

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ぷんから
つくられています。緑豆から作られる中
国の「緑豆はるさめ」に比べて、太く、
もちもちとした食感です。



きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
マーボーはるさめ
チンゲンサイともやしのあまずあえ
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) ぎゅうにゅう ぎゅうひきにく ぶたひきにく 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 チンゲンサイ もやし

クイズ14 次の調味料で、と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年生だけでまわり
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

今週は、「食育週間」です。
食について考えましょう。



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「マーボーはるさめ」です。



はるさめは、白くてめんのように
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ぷんです。
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、マーボーはるさめのほかに、マーボーと名前が
つく料理もだしています。つぎのうち、どれでしょうか。

① マーボーピーマン

② マーボーなす

③ マーボートマト

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

ごみの分別 □ 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