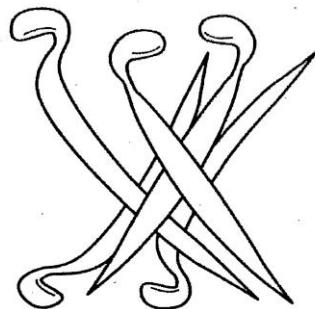


1月分の給食【1/8(水)～1/31(金)】

1月23日(木) もやし

もやしは、^{りょくとう}緑豆や^{ブラックマッ}ブラックマッペ、^{だいず}大豆などの豆を、^{まめ}水につけて、^{あたた}温かくて^{くら}暗い^{ところ}所に^{おいて}置いて作ります。

出てきた芽が、^め緑豆や^{りょくとう}ブラックマッペは5^{センチメートル}cmぐらい、^{だいず}大豆は10^{センチメートル}cmに伸びたらでき上がりです。



きょうのこんだて

ごもくうどん
ぶたにくとやさいのいためもの
さんどまめのからしあえ
レーズンパン
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・けいにく・うすあげ・だしこんぶ・けずりぶし・ぶたにく
き	(おもにえつやちからのもとになる) レーズンパン・うどん・サラダあぶら・さとう
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	はくさい・たまねぎ・にんじん・
り	あおねぎ・しょうが・もやし・ピーマン・さんどまめ

クイズ11 「うどんが、かみごたえのあること」を「何がある。」というでしょう？

①こし

②あし

③みみ

一口メモ

野菜や果物をたくさん育てている「上福の子ども」だからこそ、自然の恵みに感謝する気持ちを持ち続けたいですね。

○寒い時に、温かいものはごちそうです。今日は、こんぶとけずりぶしのだしが効いた「五目うどん」です。五目というのは

五つの品目という意味と、もう一つ、いろいろなものが混ざり合っているという意味があります。鶏肉、うすあげ、はくさい、たまねぎ、にんじん、青ねぎが使われています。

○今日の児童集会で、健康委員会が給食週間にちなんで、給食クイズをしたり、食べることに

について考えたことを発表したりしました。

○1年生は、4月当初、小さな体で給食の運搬は大変な仕事でした。でも今は、心も体も成長して、毎日お手本となる仕事ぶりです。そこで、どんなところを見習うべきなのか、2～6年生が考えました。各学年ごと、たくさんいいところを見つけて発表できました。

○1年生は最後に、「いち・にっ、いち・にっ」と心を合わせて運んでいることや、じゃべらないで集中して運んでいることを教えてくれました。学年は上がっても、見習えることばかりです。

産地調べ

はくさい	愛知県	にんじん	愛知県	しょうが	高知県
たまねぎ	北海道	青ねぎ	徳島県	ピーマン	鹿児島県

ごみの分別 ☐ 普通ごみ…牛乳キャップ ☐ 今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：①



給食クイズ その2



白衣・帽子・マスクをきちんと身に付け、右側通行を守り、2人が同じ速さで、そして、教室までしっかり運びきることができています。いい仕事をするためには、自分自分ではなく、お互いを思いやる気持ちが大切です。