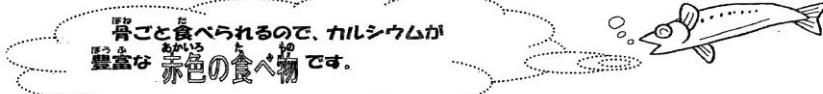


1月分の給食【1/8(水)~1/31(金)】

1月27日(月)

ちりめんじゃこの種類

ちりめんじゃこは、かたくちいわし、まいわし、うるめいわしなどの稚魚（卵からかえって間もない魚）を、塩水でさっと煮て、乾燥機または、日当たりや風通しのよいところで乾燥させたものです。



クイズ13 「わかめ」は、何色のグループの食べものでしょう？

①赤

②黄

③緑

石けんをしっかり泡立てて洗うことと、すすぎを十分にすることが大事です。

一口メモ

○児童朝会で校長先生が、「手洗い・うがい」をいつもより十分するようにお話しされました。さて、次の2つのことを行なえましたか？

- いつもより、回数を多くする。
- いつもより、時間をかけて洗う。

○今日は「れんこんのてんぷら」です。どのように作るのか紹介します。

- ①れんこんは輪切りにして、さっと水にさらしてアクを抜きます。
- ②少量の水、小麦粉（薄力）で衣を作り、れんこんにつけ、熱した油で揚げます。
- ③クラスごとに配缶し、塩を振ります。



卵アレルギー児童に配慮して、衣に卵を使っています。



産地調べ

だいこん	香川県	三度豆(冷)	タイ	れんこん	徳島県
にんじん	長崎県	しめじ	長野県	ちりめんじゃこ	愛媛県

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

きょうのこんだて

けいにくとひとくちがんものにもの
れんこんのてんぶら
じゃこわかめ
ごはん
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・けずりぶし・
ひとくちがんも・ちりめんじゃこ・
わかめ)

き (おもにねつやちからのもとになる)
ごはん・さとう・こむぎこ・あぶら
サラダあぶら)

み (おもにからだのちょうしをととのえる)

ど だいこん・にんじん・さんどまめ・
り しめじ・れんこん

クイズの答え : ①