

1月分の給食【1/8(水)～1/31(金)】

1月29日(水) だいこん

だいこんは、もともとは冬が旬
(たくさんとれておいしい時期)
でしたが、品種改良やハウス栽培
などにより、春だいこん、夏だいこ
ん、秋冬だいこんと1年中出回っ
ています。春から夏にかけては、
やや辛味が強く、秋から冬にかけ
ては甘みが増してきます。



きょうのこんだて
マカロニグラタン
だいこんのスープ
プチトマト
こくとうパン
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・ふんまつチーズ・ けいにく・ベーコン
き	(おもにねつやちからのもとになる) こくとうパン・マカロニ(ツイスト)・ サラダあぶら・バター・こむぎこ・ パンこ・じゃがいも
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	たまねぎ・ほうれんそう・だいこん・
り	にんじん・パセリ・しめじ・プチトマト

クイズ15 小さいマトの種類で、ないものはどれでしょう？

①ミニマト

②チェリートマト

③ピーチトマト

一口メモ

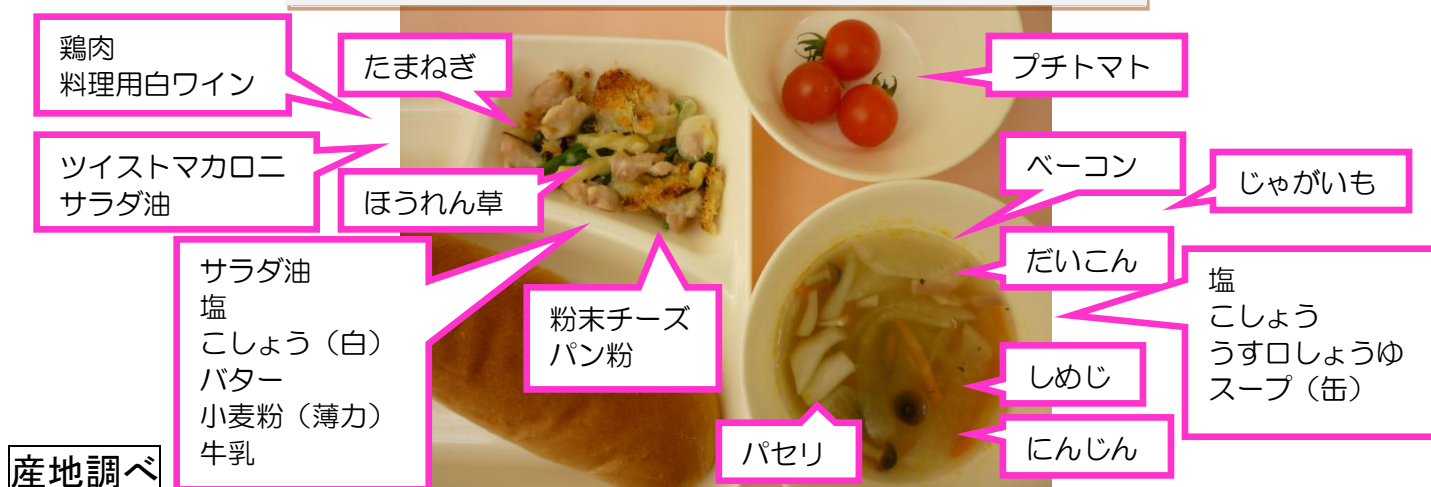
○例年1月は、「ほたて貝のグラタン」が登場ですが、今年は、ほたて貝が不漁のため、貝柱の量を確保することが難しく、鶏肉を主材とした「マカロニグラタン」に変更となりました。

自然の恵みをいただいているということは、工場で量産されるのとは違い、あるのが当たり前ではないのですね。

○今日の給食に使われている食品を意識して食べましょう。現在、たくさんの加工食品が出回っています。「グラタン」も例外ではなく、冷凍・冷蔵食品として店頭に並んでいます。

○「グラタン」に必要な食材や作り方を知っていると、よりよいものを選ぶ目が養われます。まずは手作りのよさを忘れてはいけませんね。今日の「マカロニグラタン」は手作りです。

給食は、いろいろな食品が使われ、手間暇かけて作られています。



産地調べ

ほうれん草	徳島県	だいこん	香川県	パセリ	香川県
じゃがいも	北海道	にんじん	愛知県	プチトマト	熊本県

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：③