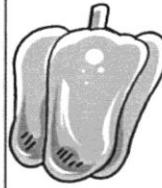


# 9月 20日(金)

## ピーマン

そだ  
かた  
育て方

- ① 苗を植える。
- ② 30センチメートルくらいになったら、支柱しゅうを立てる。
- ③ 花のあとに実がつくが、最初の実は小さめである。
- ④ 開花から15日から20日前後で収しうかくする。



きょうのこんだて

ごくとうパン (1/2)

ぎゅうにゅう

イタリアンスパゲッティ

グリーンアスパラガスとキャベツのサラダ

き	(おもにエネルギーのもとになる) ごくとうパン スパゲッティ、あぶらさとう
あ か	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう ぶたにく ワインナー
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 ピーマン、マッシュルーム グリーンアスパラガス キャベツ

### 一口メモ

クイズ14 ピーマンは、実の部分ぶぶんを食べる野菜です。  
さて、ピーマンの花は何色でしょうか。

① むらさき ② 黄 ③ 白

○今日は「イタリアンスパゲッティ」です。

イタリアンスパゲッティは、ケチャップ味のスパゲッティです。西日本で主にケチャップ味のスパゲッティを「イタリアン」と呼んでいます。東日本では、「ナポリタン」と呼んでいます。ナポリタンは、横浜のホテルのシェフが考かんがえ出した料理です。なので、イタリアでは、ナポリタンやイタリアンというスパゲッティ料理は、ありません。

給食では、ぶた肉、ウインナー、にんじん、たまねぎ、ピーマン、マッシュルームをいためて、しお、こしょう、ケチャップトマトピューレ、ウスターソースで味つけして、ゆでたスパゲッティを入れました。

○スパゲッティにも入っているピーマンは、1年生もなかよし畑で育てていました。7月の給食にも出た赤ピーマンは、今日スパゲッティに入っているピーマンが熟したものです。



赤く熟しているところ



今週は、「食育週間」です。食について考えましょう。



ケチャップ

トマトピューレ

赤ピーマン



にんじん	北海道	キャベツ	群馬県	グリーンアスパラガス(冷)	北海道
たまねぎ	兵庫県	ピーマン	青森県	マッシュルーム(水煮)	岡山県

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②