

## 10月7日(月)

みどり 緑のグループの食べ物の働き

やさい  
野菜・くだもの・きのこのなかま

たもの はたら  
には、「おもに体の調子を整える働き」があります。おなかの調子を整えたり、かぜをひきにくくしたりします。

きょうのこんだて

おさつパン  
ぎゅうにゅう  
けいにくのみそマリネやき  
(ノンエッグドレッシング)

スープに

きゅうりとコーンのサラダ

き	(おもにエネルギーのもとになる) おさつパン、 ノンエッグドレッシング、 じゃがいも、さとう、あぶら
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、けいにく、 はっちゃんみそ、ぶたにく、
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、さんどまめ、 しめじ、きゅうり、コーン

クイズ5 八丁みそが生まれたところはどこでしょう。  
①愛知県 ②京都府 ③和歌山県

## 一口メモ

○今日の主菜は「けい肉のみそマリネ焼き

(ノンエッグドレッシング)」です。

マリネとは、フランス料理の料理法です。

肉や魚、野菜などを酢や油、ワインなどの

調味液につけこむことです。

調味液につけこむことで、素材に風味がついたり、

やわらかくなったりします。

給食では、けい肉を八丁みそ、料理酒、こしょう、ノンエッグドレッシングを合わせた調味液につけこんで、焼き物機で200度で16分間焼きました。

○八丁みそは、愛知県岡崎市で江戸時代から作られています。八丁みその名前は、江戸時代岡崎城があったところから西へ八丁はなれたところにあった八丁村で作っていたみそからついています。

八丁とは、いまの距離で約870メートルのことです。

八丁みそは、作るのに2年近くかかります。愛知県では、八丁みそを使った「みそにこみうどん、みそカツ、みそおでん」などがよく食べられています。



にんじん	北海道	たまねぎ	北海道	コーン(冷)	北海道
じゃがいも	北海道	きゅうり	埼玉県	しめじ	長野県

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①