

10月16日(水)

きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
おこのみやき
ぶたじる
きゅうりのあますあえ

このや お好み焼き

おおさか このや 大阪はお好み焼きや、たこ焼きなどの「粉もん」が有名です。

このや お好み焼きは、もともと生地をうすく焼いて具材をのせて焼いていましたが、大阪では、具材を混ぜ合わせて焼くことが多くなっています。



き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん、やまいも、こむぎこ、あぶら、さつまいも、さとう
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、けいらん、かつおぶし、あおのり、ぶたにく、みそ、こんぶ、けずりぶし
みどり	(おもにからだのしょうしをととのえる) キャベツ、あおねぎ、たまねぎ、ごぼう、にんじん、みつば、きゅうり

クイズ10 おおさかは昔から○○の台所とよばれ食文化が発達しました。

- ① 世界の台所 ② 天下の台所 ③ 將軍の台所

一口メモ

きょう きゅうしょく ○今日の給食は「おこのみやき」です。

きゅうしょく つう 給食を通じて、食文化を伝えるために「おこのみやき」を出しています。家と違ってひとり一枚ずつ焼くことは、できないので、大きなホテルパンに生地を入れて、焼き物機で240度15分間焼きました。焼いたあとに切りました。

今週は、「食育週間」です。
食について考えましょう。



きゅうしょく 給食のおこのみやきもふわりとした食感を出すために生地をやまいもとろろを入れました。

た 食べるときにトンカツソースをかけて食べましょう。

○きのうは、4年生となかよし畑でなにわの伝統野菜の

「田辺だいこん」「天王寺かぶら」「おおさかしらな」の

たねをまきました。収穫を楽しみに育てましょう。

【おまけクイズ】大阪の食文化で出している

給食は、つぎのうちどれでしょうか。

- ① ヒラヤーチー ② みそカツ
③ なにわうどん



にんじん	北海道	さつまいも	徳島県	キャベツ	群馬県
ごぼう	青森県	たまねぎ	北海道	きゅうり	埼玉県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：② おまけクイズの答え：③