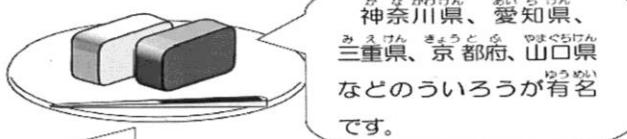


11月 6日 (水)

ういろう

ういろうは、約600年ほど前に、明(昔)中國から日本へ渡ってきた陳外郎という人が作ったという説があります。

多くは米粉で作られますが、小麦粉や、わらび粉で作ったものもあります。



今日は、かぼちゃペーストを使った
かぼちゃういろうです。

きょうのこんだて

ごはん

ぎゅうにゅう
ぶたにくとまいたけのいためもの
つみれじる
かぼちゃういろう

き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん、あぶら、じょうしんこ、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、いわしだんご、あかみそ、しろみそ、だしこんぶ、けずりびし
み ど り	(おもにからだのちょうしをととのえる) キャベツ、まいたけ、しょウガ、だいこん、ごぼう、にんじん、みつば、かぼちゃ

クイズ3 つみれ汁の入っているつみれには、ある魚を使っています。それは、
次のうちどれでしょう。
①さんま ②いわし ③あじ

一口メモ

○今日の主菜は「ぶた肉とまいたけのいためもの」です。

まいたけは、きのこのなかまで。まいたけは、かおりと
は
うまみ、歯ざわりがよいきのことです。

いま
ねん
まえ
へいあんじだい
まっき
こんじやくものがたり
今から800年ほど前の平安時代の末期の「今昔物語
しゅう
た
む
い
しき
集」に食べると無意識におどってしまうきのことして、
か
まいたけのことが書かれています。



まいたけは、今は人工的に栽培していますが、天然の大きなまいたけを見つけた人が
「うれしさのあまり、まい上がっておどる」と言っていたので、まいたけと名前がつい
たともいわれています。

きゅうしょく
おお
はい
ひとかぶ
給食のまいたけも大きなものが入っていました。一株900gもありました。



○今日のデザートは「かぼちゃういろう」です。ういろうは、
おも
こめ
こな
こめ
わ
が
し
主に米を粉にした米粉からつくる和菓子です。
こめ
こ
つく
は
米粉から作っているので、もっちりとした歯ごたえです。
きゅうしょく
じょうしん
こ
こめ
こな
給食では、かぼちゃ(ペースト)と上新粉(米の粉)、さとう
みず
あ
や
ものき
ぶんかん
水をよくませ合わせて焼き物機で、30分間蒸しました。

かぼちゃ (ペースト)

だいこん	北海道	にんじん	北海道	みつば	愛知県
ごぼう	青森県	キャベツ	長野県	まいたけ	新潟県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②