

11月11日(月)

感謝の気持ちで食べよう

わたしたちは、生き物の命をいただく
「食事」により、自分の命を保っています。
また、食事ができあがるまでには、たくさん
の人たちが関わっています。
感謝の気持ちをこめて「いただきます」
「ごちそうさま」のあいさつをし、食べ物を残
さずいただきましょう。



きょうのこんだて

コッペパン
(いちごジャム)
ぎゅうにゅう
ぎゅうにくのこうみやき
ケチャップに
うずらまめのグラッセ

| | |
|-----|---|
| き | (おもにエネルギーのもとになる) コッペパン、あぶら、じゃがいも、オリーブあぶら、さとう、バター、いちごジャム、 |
| あか | (おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、けいにく、うずらまめ |
| みどり | (おもにからだのちょうしをととのえる) ピーマン、たまねぎ、にんじん、さんどまめ、にんにく |

クイズ① うずら豆は、なぜうずら豆といいう名前になったのでしょうか。
①うずらさんが作った豆だから
②うずら卵の模様にしているから
③ウズラ地方で作られていたから

一口メモ

○今日の副菜は、うずら豆のグラッセです。

グラッセは、フランス料理です。材料をバターを加えた煮汁で煮る料理です。バターを入れているので材料につやが出ます。グラッセでよく知られているのは、にんじんのグラッセやおかしのマロングラッセです。



○給食では、うずら豆をグラッセにしました。

うずら豆は、いんげん豆のなかまでです。
豆の皮が、うずらたまごに にているので
うずら豆と名前がつきました。



日本では、明治時代からさいばいが始まりました。うずら豆は、主に北海道の十勝、石かり地方でさいばいされています。



うずら豆を熱湯に
ひたしています

| | | | | | |
|-------|-----|------|-----|----------|-----|
| じゃがいも | 北海道 | にんじん | 北海道 | にんにく | 青森県 |
| たまねぎ | 北海道 | ピーマン | 青森県 | さんどまめ(冷) | タイ |

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋



クイズの答え：②