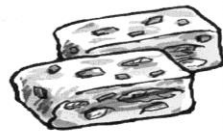


# 11月15日(金) 千草焼き

千草焼きは、卵に細かくきざんだいりろいろな材料(鶏肉、しいたけ、たけのこ、にんじんなど)を加えて、焼き上げた料理です。



今日の給食の千草焼きには、ささみ、とうふ、コーン、みつばなどが入っています。

クイズ10 千草焼きは、なぜこのような名前になったでしょう。  
①野菜しか入っていないから ②たくさんの具が入っているから  
③千草さんが考えた料理だから

## 一口メモ

今日の主菜は、「千草焼き」です。千草焼きは、たまご料理です。ときたまごに、細かくきざんだいりろいろな材料を入れて焼いた料理です。

千草焼きの「千草」とは、いろいろな材料を取り合わせて作る料理につける名前です。千草と名前のつく料理に「千草蒸し」や「千草あえ」などがあります。

給食では、たまごととうふ、ささみ、コーン、みつばを入れて焼き物機で250度30分間焼きました。



千草むし



千草あえ

きのう6年生が家庭科で「身近な食品でおかずを作ろう」をめあてに調理実習を行いました。作ったのは「目玉焼きボイルキャベツぞえ」「ジャーマンポテト」です。



6年生は、各はん手順を考えながら調理をしていました。

下岡先生も言われてましたが、料理は作る段取りを考えなければいけません。頭で手順を考えて効率よく料理ができるようになるといいですね。



じゃがいも	北海道	にんじん	北海道	青ねぎ	徳島県
はくさい	茨城県	だいこん	長崎県	みつば	愛知県

ごみの分別 口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②

きょうのこんだて

ごはん  
ぎゅうにゅう  
ちくさやき  
みそしる  
ごまひじき

き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん、さとう、あぶら、 じゃがいも、いりごま
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、けいらん、 ささみ、とうふ、だしこんぶ、 けずりぶし、ぶたにく、 あかみそ、しろみそ、ひじき
みどり	(おもにからだのしょうじをととのえる) コーン、みつば、はくさい、 だいこん、にんじん、あおねぎ、 だいこんば