

11月21日(木)

かき

かきは秋が旬(たくさんとれておいしい時期)のくだものです。そのまま食べられる「甘がき」と渋をぬいてから食べる「渋がき」

があります。

給食には富有柿(甘がき)と平核無柿(渋がき)が出ます。今年登場するのは富有柿です。



富有柿

きょうのこんだて

おさつパン
ぎゅうにゅう
けいにくのガーリックマヨネーズやき
スープ
かき(ふゆうがき)

き	(おもにエネルギーのもとになる) おさつパン、マヨネーズ、 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、ぶたにく
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) にんにく、キャベツ、 たまねぎ、だいこん、にんじん グリーンピース、かき(ふゆうがき)

クイズ14 ガーリックとは、日本語でどのような意味でしょう。
①しょうが ②にんにく ③たまねぎ

一口メモ

○今日は、デザートにかきが出ます。

かきは、東アジアにもともとあったくだものです。

日本では、今から1300年ほど前の奈良時代から栽培されていました。

かきには、そのまま食べられるあまがきとしぶを抜いて食べる「しぶがき」が、あります。

今日の給食のかきは、あまがきの「ふゆうがき」です。

かきには、かぜひきを防ぐ働きのあるビタミンCやカロテンが、たくさんふくまれています。

むかしから「かきが赤くなると、医者が青くなる」ということわざがあります。

意味は「かきが実をつけて赤くなるころは、気候がよく病人が減って、医者が困る」です。

むかしは、秋は、気候がよくすごしやすかったことやかきを食することで元気になることからできたことわざのようです。学校にもかきの木があります。実がだんだんと赤くなってきました。



【おまけクイズ】 あまがきの種類でじっさいにあるのは、つぎのうちどれでしょうか。

- ① 太郎がき ② 次郎がき ③ 三郎がき

たまねぎ	北海道	にんじん	北海道	にんにく	青森県
だいこん	鹿児島県	キャベツ	長野県	グリーンピース(冷)	アメリカ

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：②