

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
食べ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