

2月分の給食【2/3(月)~2/28(金)】

# 2月7日(金)

## まだら

とうほく へっかいどう  
東北から北海道にかけての  
きたたいへいよう にほんかい  
北太平洋や日本海、オホーツク  
かい  
海などにすんでいるよ。

たまご からかえって 3年で、  
たいちよう 身長が1.5 m、体重が  
20 kg にもなります。



おなかいっぱい食べることを、大食いの  
たらのおなかがいとも大きくふくらんでいることをたとえて  
「たらふく食べる」と言います。

きょうのこんだて

まだらのからあげ  
さといもとやさいのみそに  
プチトマト  
ごはん  
ぎゅうにゅう

あ か	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう・まだら・あつあげ・ あかみそ・けずりぶし
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・でんぶん・あぶら・さといも・ さとう
み ど り	(おもにからだのちようしをととのえる) だいこん・にんじん・れんこん・ さんどまめ・プチトマト

クイズ5 「トマトの赤い色の成分であるリコピンは、普通トマトよりプチトマトの方が多し。」○か×か?

①○

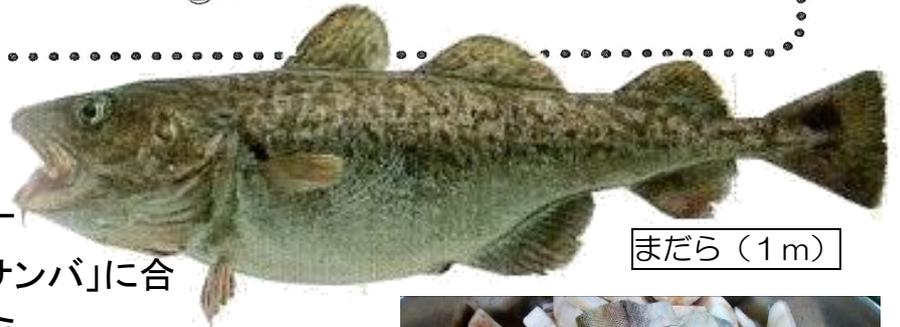
②×

### 一口メモ

○「歯と口の健康強調週間」の最終  
日です。今日のかむかむメニュー  
は「プチトマト」です。「歯みがきサンバ」に合  
わせていてねいに歯磨きしましょう。

○たら(鱈)と言えば、一般的にはまだら(真鱈)のことを指し  
ます。体の表面がまだら模様であることから、この名前が  
付きました。漢字では魚偏に雪と書きます。冬が旬の魚で  
す。料理酒で下味をつけ、でんぷんをまぶして油で揚げ、  
みりん、こい口しょうゆ、だしで作ったたれをかけています。

身が柔らかく、くずれやすい魚ですが、給食調理員さんはうま味調味料をきいてくださっています。



まだら(1m)



1切約50gです。

### おまけクイズ1

- ・プチトマトの産地はどこでしょう。
- ・段ボール箱に、こんな可愛いイラストが印刷されていました。



### おまけクイズ2

- ・この食材は何でしょう。
- ・みそ煮に入っています。
- ・ぬめりがあります。ねっとりして、とてもおいしい。



### 産地調べ

まだら	アラスカ・ベーリング海	だいこん	鹿児島県	れんこん	徳島県
さといも	愛媛県	にんじん	愛知県	三度豆(冷)	タイ

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え: ① (おまけクイズ1の答え: 熊本県 おまけクイズ2の答え: さといも)