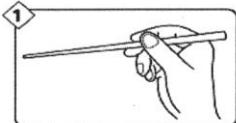
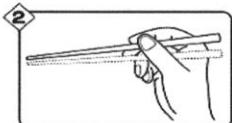


2月 18日 (火)

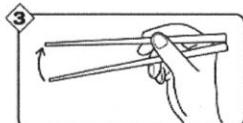
ただ も かた はしの正しい持ち方



えんぴつを持つように
1本を持つ。



点線の部分にもう
1本を入れる。



じょうずに持てたら、
上のはしだけ動かして
みましょう。



はしをじょうずに持つと、料理が食べ
やすく、見た目にも気持ちがよいです！



一口メモ

○今日の主菜は「きびなごてんぷら」です。

きびなごは、魚です。九州地方でよく食べられて
います。きびなごという名前は、鹿児島県では、
帯のことを「きび」といいます。魚のからだに走る
銀色のたてじまを帯と考えて名前がつけられたといわれています。

きびなごは、大きくなっても2~3センチメートルほどです。

給食では、てんぷらにしています。頭からしっぽまで食べることができます。

よくかんでしっかり食べましょう。

○副菜は、ブロッコリーのごまあえです。

ブロッコリーは、秋の終わりから冬が
しゆんの野菜です。食べているところは、
花のつぼみのところです。ブロッコリーは、
小さい黄色の花を咲かせます。



【おまけクイズ】

つぎの野菜で、ブロッコリーと同じ花のつぼみの部分を食べているのは、どれで
でしょうか。

① ほうれん草

② はくさい

③ カリフラワー

じゃがいも	北海道	にんじん	鹿児島県	ブロッコリー	愛知県
たまねぎ	北海道	だいこん	香川県	さんどまめ(冷)	タイ

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：① おまけクイズの答え：③

きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
きびなごてんぶら
ひとつちがんもとじやがいものにもの
ブロッコリーのごまあえ

き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん、あぶら じやがいも、さとう いりこま
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、 きびなごてんぶら ふたにく、ひとつちがんも けずりぶし
みどり	(おもにからだのちょうしきととのえる) だいこん、たまねぎ にんじん さんどまめ ブロッコリー

クイズ11 がんもどきは、荷を加工して作られた食べ物でしょうか。
①とうふ ②白身魚 ③鶏肉

今週は、「食育週間」です。
食について考えましょう。



きびなご

