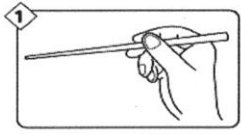
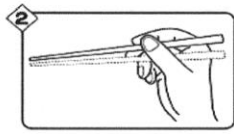


2月18日(火)

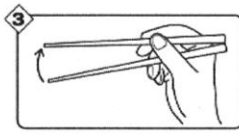
ただもかた はしの正しい持ち方



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いいです！



きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
きびなごてんぷら
ひとくちがんとじゃがいものものに
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 じゃがいも、さとう いりごま
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、 きびなごてんぷら ぶたにく、ひとくちがんと けずりぶし
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) 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

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。

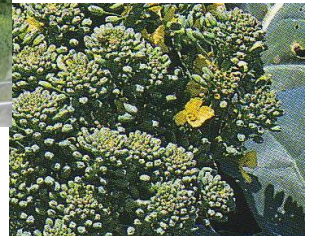
副菜は、ブロッコリーのごまあえです。

ブロッコリーは、秋の終わりから冬が

しゅんの野菜です。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 □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

今週は、「食育週間」です。
食について考えましょう。



きびなご