

3月分の給食【3／3(月)～3／20(金)】

3月4日(火)

いわしの^{か こう ひん}加工品

給食では、いわしから作られる加工品として、^{きゅうしゅく}煮干し、^{ふく}ごまめ、^{かこうひん}ちりめんじゃこ、ミニフィッシュ、アーモンドフィッシュ、いわしだんごが使われています。



煮干し



ごまめ



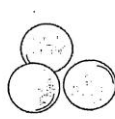
ちりめんじゃこ



ミニフィッシュ



アーモンドフィッシュ



いわしだんご

クイズ2 いわしは漢字で書くとどれでしょう？

① 魚へんに弱(鰯)

② 魚へんに青(鯖)

③ 魚へんに雪(鱈)

きょうのこんだて

いわしのフライ

みそしる

プチトマト

ごはん

ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・いわし(ひらき)・ とうふ・だしこんぶ・けずりぶし・ あかみそ・しろみそ・わかめ
き	(おもにねつやちからのもとになる)
	ごはん・こむぎこ・パンこ・あぶら
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	だいこん・にんじん・たまねぎ
り	

心にしみる「6年生を送る会」でしたね。「さよなら給食」も最終日を迎えました。6年生をおもてなししましょう。

一口メモ

○手作りのいわしのフライが登場です。衣に卵を使用していないので、食物アレルギーに関係なく、みんなが食べることができます。

○いわしも鯖と同じように、^{さば}青背の魚と呼ばれます。肉の^{あぶら}脂と違って、とても体に良い脂が含まれています。DHA(ドコサヘキサエン酸)とEPA(エイコサペンタエン酸)は、頭の働きをよくしたり、血液をサラサラにしたりします。

○今日の「6年生を送る会」で、6年生から在校生へのプレゼントとして、「給食のナプキン」をいただきました。貸し出し用として、各学年に2枚ずつ手づくりしてくれました。大切にしたいと思います。

○もう一つは「紙箱」です。今、給食で使っている紙箱は、現在中学1年生からのプレゼントです。いらなくなったプリントなどを利用して、手作りしてくれました。6年生も、その伝統を引き継いでくれました。再利用の知恵ですね。

産地調べ

いわし(開き)	アメリカ	たまねぎ	北海道	青ねぎ	徳島県
だいこん	鹿児島県	にんじん	鹿児島県	プチトマト	香川県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ・トンカツソースの袋 □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：①です。 ②はさば、③はたら



手づくりの「いわしのフライ」にトンカツソースがついています。