

3月分の給食【3/3(月)~3/20(金)】

# 3月14日(金)

## すっぱいかけもの ピクルス

ピクルスは、ヨーロッパやアメリカで昔から作られているつけものです。すっぱい味が、口をさっぱりとさせてくれるので、肉料理などに合います。



### きょうのこんだて

とうふのミートグラタン

スープに

きゅうりのピクルス

レーズンパン

きゅうにゅう

あ (おもにからだをつくる)

か ぎゅうにゅう・とうふ・

ぎゅうひきにく・ぶたひきにく・

ふんまつチーズ・けいにく

き (おもにねつやちからのもとになる)

レーズンパン・サラダあぶら・

こむぎこ・パンこ・じゃがいも・さとう

み (おもにからだのちょうしをととのえる)

たまねぎ・ピーマン・にんにく・

キャベツ・にんじん・さんどまめ・

きゅうり

クイズ10 「とうふ」は、豆乳を固めたものです。では、固めるために使うものは、何でしょう？

①にがり

②もろみ

③こうじ

忘れないで  
ください。  
新学年に引  
き継ぐも  
の！

### 一口メモ

昨日の雨にぬれて、つややかにひかっている「上福のなし」です。  
芽が日に日にふくらんできていることがわかります。



花が咲いているところと比べると、この芽が、枝・葉・花に育っていくのではないでしょうか。  
ちょっと気にとめて、見てみましょう

これは、昨年の9月3日の「毎日食育通信」で紹介した「上福のなし」の「花から実へ」です。



今日の「上福なかよし畑」の様子です。



3年生、5年生、6年生になってからの、大切な教材です。  
6年生は「じゃがいも」も土の中で育っていますよ。

### 産地調べ

たまねぎ	愛媛県	にんにく	青森県	にんじん	鹿児島県
ピーマン	鹿児島県	キャベツ	大阪府	きゅうり	鹿児島県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳カップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え : ①