

9月2日 (水)

鶏肉のからあげ

作り方

- ① 鶏肉に、しょうが汁、にんにく、塩、こしょうで下味をつけます。
- ② 下味をつけた鶏肉に、でんぷんをまぶし、熱した油で揚げます。



きょうのこんだて

おさつパン
ぎゅうにゅう
けいにくのからあげ
とうがんのちゅうかスープ
きりぼしだいこんのごまからみづけ

| | |
|-----|---|
| き | おもにエネルギーのもとになる おさつパン あぶら、でんぷん すりごま、さとう ラー油 |
| あか | おもにからだをつくる ぎゅうにゅう けいにく、ハム |
| みどり | おもにからだのちょうしをととのえる たまねぎ、にんじん とうがん、きゅうり にら、きりぼしだいこん しょうが、にんにく |

クイズ2 今日の「切りぼしだいこんのごまからみづけ」は何でからみをつけているでしょう。

- ① からし ② ラー油 ③ わさび

今週は、「生活振り返り週間」です。

一口メモ

〇昨日も健康委員会の人々がクイズを出題していました。今回もチャレンジしてみてください。「かん国の食べ物は、どれでしょう？ 1ビビンバ 2サムゲタン 3カンジャンケジャン」です。

毎回、こんだてにちなんだクイズを自分たちで考えています。自主的に取り組んでいる姿は、とてもいいことです。

〇今日の給食の副菜は「とうがんの中華スープ」です。

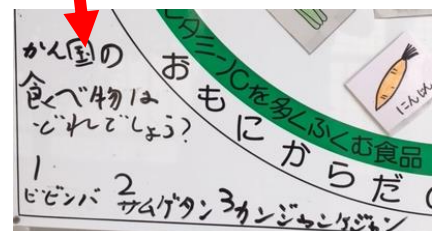


とうがんは、夏のしゅんの野菜です。

ウリ科の野菜です。収穫したとうがんを冷暗所で保存しておく冬まで貯蔵することができます。

なので、とうがんを漢字で書くと冬の瓜「冬瓜」と書きます。とうがんは、とても大きな野菜です。

今日の給食のとうがんは、1こで約5キログラムありました。



| | | | | | |
|------|-----|------|-----|------|------|
| きゅうり | 愛媛県 | たまねぎ | 北海道 | にら | 高知県 |
| にんじん | 北海道 | しょうが | 高知県 | とうがん | 和歌山県 |

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②