

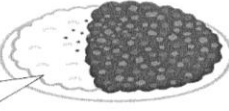
9月14日(月)

キーマカレーライス

キーマカレーとは、ひき肉を使ったカレーのことです。今日は、ひき肉のほかに、ひきわり大豆も使っています。

小麦粉の代わりに、米粉を使った
カレールウの素で
味つけしています。

「キーマ」はインドの言葉で、「細かいもの」という意味だよ。



きょうのこんだて

だいずいりキーマカレーライス【こめこ】
ぎゅうにゅう
キャベツとコーンのサラダ
「ノンエッグドレッシング」
はくとう(カットかん)

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん あぶら ノンエッグドレッシング
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう ぎゅうひきにく、ぶたひきにく だいず
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 グリーンピース、にんにく キャベツ、コーン はくとう(カットかん)

クイズ10 だいずは、多くの栄養が入っているので「畑の〇〇」よばれます。何でしょうか。

① 畑の野菜 ② 畑のくだもの ③ 畑の肉

一口メモ

〇今年初めて新しい運動場で児童朝会をしました。

コロナ禍なのでソーシャルディスタンスを
とりながら並びました。運動場が広くなったおかげです。

代表委員会の児童の掛け声で校長先生と朝のあいさつをしました。校長先生からは、
今日から始まる教育実習生の方々を紹介をして

いただきました。

〇今日は、「だいず入り

キーマカレーライス」です。

キーマとは、インドのヒン

ディー語で「細かいもの」という意味です。

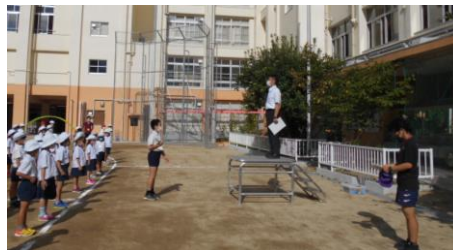
キーマカレーは、ひき肉を使ったカレーです。給食では栄養たっぷりの細かくしただいずも入れてます。

【おまけクイズ】

今月は「食物アレルギー対応サポート月間」です。今日の「ノンエッグドレッシング」は、つぎのどの食べ物が入っていないドレッシングでしょうか。

① 牛にゅう ② たまご ③ だいず

だいず(ひきわり)



にんにく	青森県	たまねぎ	北海道	コーン(冷)	北海道
にんじん	北海道	キャベツ	長野県	グリーンピース(冷)	アメリカ

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③ おまけクイズの答え：②

今週は、「食育週間」です。食について考えましょう。