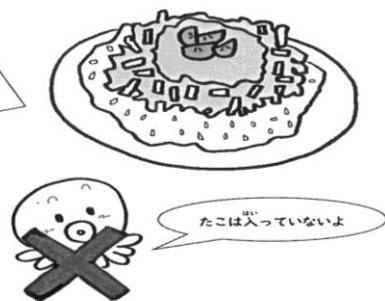


10月7日 (水)

## タコライス

メキシコ料理のタコスの具をごはんにのせた沖縄県で人気の料理です。牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、グリンピースを炒め、味つけし、ごはんにかけて食べます。



## きょうのこんだて

タコライス  
ぎゅうにゅう  
もずくのスープ  
じゃがいもときゅうりのサラダ  
[ソエッグドレッシング]

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 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 ふたひきにく、もずく
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる たまねぎ、グリンピース にんにく、にんじん しろねぎ、えのきたけ きゅうり

クイズ5 もずくは次のどこで、一番たくさんとれるでしょう。  
①沖縄 ②和歌山 ③鹿児島

## 一口メモ

○昨日、4年生が校庭に新しくできた学習園に  
なにわの伝統野菜の「田辺だいこん」と「天王寺  
かぶら」のタネを植えました。これから日直の人  
が毎朝水やりをします。成長を楽しみにしましょう。



○今日の給食は「タコライス」です。タコライスという名前ですが、たこを使った料理ではありません。メキシコ料理のタコスの具材をごはんの上にのせた沖縄県の人気の料理



です。給食では、ひき肉とたまねぎをにんにくの香りをきかせていため、しお、こしょう、カレー粉、トマトピューレ、ケチャップ、ソースで味つけし、グリンピースを加えていました。



ごはんの上にかけて食べましょう。

給食では、沖縄県恩納村でとれたもずくを使ったもずくのスープもついています。

きゅうり	熊本県	たまねぎ	北海道	白ねぎ	長野県
にんじん	北海道	じゃがいも	北海道	えのきたけ	長野県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①