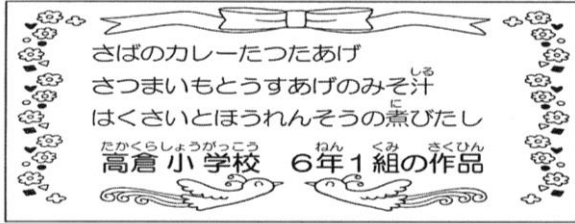


1月28日(木)

学校給食献立コンクール優秀賞作品



＜献立のねらい＞

冬が旬の食材を選びました。さばは、みんなが大好きなカレー味にし、みそ汁が甘くなるよう、さつまいもを入れました。煮びたしには、彩りを考えてはくさいを加えました。

きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
さばのカレーたつたあげ
さつまいもとうすあげのみそ汁
はくさいとほうれんそうの煮びたし

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん でんぷん、あぶら さつまいも、さとう
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう さば、うすあげ あかみそ、しろみそ だしこんぶ、けずりぶし
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる しょうが、たまねぎ にんじん、あおねぎ えのきだけ、はくさい ほうれんそう

クイズ15 さつまいもの苗はいつ植えるでしょう。

- ①春 ②夏 ③秋 ④冬

一口メモ

今日の給食は令和元年度学校給食献立コンクール優秀賞のこんだてです。都島区高倉小学校の昨年の6年1組の人たちが考えました。

こんだてのねらいは、「冬がしゅんの食材をえらびました。さばは、みんなが大好きなカレー味にし、みそ汁があまくなるようにさつまいもを入れました。にびたしは、いろどりを考えてはくさいを加えました」です。

ふゆ た もの 冬がしゅんの食べ物



さば



はくさい



さつまいも



にんじん



ほうれんそう

さばのカレーたつたあげは、しょうが汁、料理酒、こいくちしょうゆ、カレー粉で下味をつけて、でんぷんをまぶして油であげました。



はくさい	鹿児島県	たまねぎ	北海道	ほうれんそう	福岡県
にんじん	鹿児島県	さつまいも	徳島県	青ねぎ	徳島県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①