

3月10日(水)



きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
ぶたにくのしょうがやき
とうふのみそしる
なのはなのおひたし

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん、さとう、 あぶら
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう、ぶたにく とうふ、あかみそ、しろみそ だしこんぶ、けずりぶし かつおぶし
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる だいこん、たまねぎ にんじん、しょうが あおねぎ、はくさい なのはな

クイズ8

よもぎと同じ春がしゅんの野菜は、次のうちどれでしょうか。

- ① たけのこ ② だいこん ③ ピーマン

一口メモ

今日の副菜は「なのはなのおひたし」です。

なのはなは、春先がしゅんの野菜です。

アブラナ科の植物です。学習園では、4年生が

5年生の理科「花のつくり」で学習するための

アブラナを植えています。春先にきれいな黄色

の花を咲かせます。

ちなみに2年生が3年生の理科で学習する

ために植えているキャベツもアブラナ科です。

キャベツが少し丸くなっていました。

今日の給食のなのはなは、食べるために栽培

されたものです。

春を感じる野菜です。

食べるとすこし苦みがあります。春の野菜は、苦味があるものが

多いです。冬の間にあまり動かずに体にたまってしまった老

廃物を体の外に出す働きがあるといわれています。

春がしゅんの野菜をしっかり食べましょう。

【おまけクイズ】 なのはなは、もともと何のために栽培されていたでしょうか。

- ① 花を見る ② 油をとる ③ 薬をつくる

だいこん	香川県	たまねぎ	北海道	青ねぎ	徳島県
にんじん	鹿児島県	はくさい	愛知県	なのはな	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 おまけクイズの答え：②

今週は、「給食週間・食育週間」
です。食について考えましょう

