

4月15日(木)

あつあげ

- ・あつあげは、とうふを厚めにきって、水分をぬき、200度くらいの高温の油で揚げたものです。
- ・あつあげは、たんぱく質やカルシウムが多く含まれています。



きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
けいにくとじゃがいものにもの
あつあげのしょうゆだれかけ
べにざけそぼろ

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん じゃがいも、さとう いりごま
あ	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう けいにく、けずりぶし あつあげ、べにざけ あおのり
み	おもにからだのちょうしをととのえる たまねぎ、ごぼう、にんじん さんどまめ、しいたけ

クイズ5 さんどまめのことは、他に何と呼ぶでしょうか。

①さやえんどう ②さやいんげん ③きぬさや

一口メモ

○令和3年度から新しく「第4次食育推進基本計画」が

つく つく しょくいく すいしん けいかく ねん
作られました。食育を推進するための計画を5年ご

とに作っています。以前の食育推進計画で毎年6月が

しょくいくげつかん まいつき にち しょくいく ひ き
「食育月間」、毎月19日が「食育の日」と決められまし

た。上福島小学校でも、食について考える週として毎月

しょくいくしゅうかん き
「食育週間」を決めています。しょくいくしゅうかんちゅう まいにちしょくいくつうしん
食育週間中は、毎日食育通信で「おまけクイズ」を出します。こんしゅう しょくいくしゅうかん らいしゅう げつようび しょくいく ひ
今週が食育週間でしたが、来週の月曜日の食育の日までかてい しょく わだい
家庭でも食を話題にしてもらうとうれしいです。

○今日の給食には、ごはんによく合う「べにざけそぼろ」が副菜としてです。

かま
いりごまとべにざけを釜でからいりして、あじ くわ
あまからく味つけして、あおのりを加え

ました。

【おまけクイズ】

きゅうしょく
給食でごはんによく合うおかずとしてとうじょう
登場するのは、どれでしょうか。

① たらこのふりかけ

② のりのつくだに

③ たくわん

じゃがいも	鹿児島県	にんじん	徳島県	しいたけ(乾)	大分県
たまねぎ	兵庫県	ごぼう	青森県	さんどまめ(冷)	タイ

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え: ② おまけクイズの答え: ②