

4月27日(火)

3つの食品群

食べ物は、体の中での働きによって、3つの食品群に分けられます。



きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
やきとり
みそしる
ぎゅうりのゆずふうみ

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん さとう、でんぷん じゃがいも
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう けいにく、うすあげ あかみそ、しろみそ、にぼし
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる しろねぎ、しょうが たまねぎ、キャベツ にんじん、だいこんば ぎゅうり、ゆず

クイズ13 今日のみそしるのだしは何でとったでしょう。

① だしこんぶ ② けずりぶし ③ にぼし

一口メモ

○昨日、3年生が理科の「たねをまこう」の学習で
ハウセンカ、マリーゴールド、ヒマワリのたねの
中から自分のすきなたねを選んで、ひとりずつ
まきました。



○5年生も理科の「花から実へ」
の学習で使用するために、給食のあとになにわの伝統野菜
である「勝間なんきん」の苗を
植えました。
その後、アブラナを抜いて持って
帰りました。



これから3年も5年も水やりを忘れずに行いましょう。
○給食では、和食のときには、和食の基本である「だし」を
しっかりとっています。「だし」は、煮ものや汁ものなど



さまざまな料理のベースとして使われ、
おいしい味の決め手になります。だしを
しっかりとすることで「うまみ」が出ます。
今日のみそ汁にも、にぼしでしっかりと
だしをとっています。にぼしは、カタクチ
イワシを煮て、干したものです。



じゃがいも	鹿児島県	にんじん	熊本県	きゅうり	宮崎県
たまねぎ	佐賀県	キャベツ	和歌山県	しょうが	高知県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③