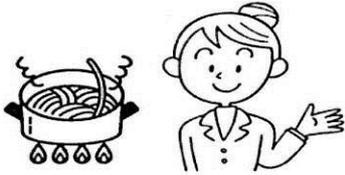


# 6月9日(月)

## スパゲッティのゆで方

スパゲッティをおいしく食べることは、ゆで方にあるといわれています。  
大きめのなべに、たくさんの湯をふっとうさせて、塩を入れてゆでます。



イタリアでは、アルデンテにゆでます。

\*アルデンテ…ゆであがりかさがスパゲッティの中心部分に白い芯が残る状態のこと。

### きょうのこんだて

スパゲッティミートソース  
キャベツとコーンのサラダ  
1/2こくとうパン  
ぎゅうにゅう

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・ぶたひきにく
き	(おもにねつやちからのもとになる) こくとうパン・スパゲッティ・サラダあぶら・こむぎこ・さとう
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ・にんじん・ピーマン・にんにく・キャベツ・コーン

クイズ 6 スパゲッティは、マカロニ類のうち1.4mm以上の太さの棒状または2.5mm未満の太さの管状に

したものをいう。○か×か?

①○

②×

### 一口メモ

○スパゲッティは、イタリア語の「ひも」を意味するspago(スパーゴ)が語源です。1.6mmのものをスパゲッティニといい、最も多く使用されます。

○スパゲッティをアルデンテの状態にゆでるのは、その後ソースとあえて軽く火を通すことを計算しているからです。めんこに歯ごたえが残るように考えられています。給食室でもそうしてくださいよ。

○6年生が朝食作りに挑戦しました。毎日の給食と比べて、朝食では十分な栄養や量をとれていない実態から、それを満たすために考えた朝食メニューです。児童朝会で校長先生のお話にあったように、「早寝・早起き・朝ごはん」は皆さんの元気の源です。

1班 卵焼き・ベーコンとほうれん草のいためもの



3班 虹色オムレツ

2班 貝たくさん うますぎ やみつぎ オムレツ



4班 スクランブルエッグ 野菜いため

5班 スクランブルエッグ ジャーマンポテト



クイズの答え：②