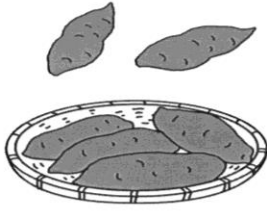


9月24日(金)

さつまいも



ちゅうごく りゅうきゅう いま おきなわけん
中国から琉球(今の沖縄県)をとって、薩摩藩(今の鹿児島県)へ伝わりました。薩摩藩で作られたので「さつまいも」と呼ばれています。
えどじだい のうきくぶつ とき
江戸時代に、農作物がとれなかった時の非常食として、日本中に広がりました。

きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
ぶたにくのあまからやき
みそしる
オクラのおかかいため

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん、さとう さつまいも、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	おもにからだのしょうしをととのえる たまねぎ、ピーマン、こまつな にんじん、もやし、えのきたけ オクラ

クイズ16 江戸時代にさつまいもを広めた甘藷先生と呼ばれた人はだれでしょうか。

- ① 徳川家康 ② 青木昆陽 ③ 遠山景元

一口メモ

きょう ふくさい
○今日の副菜は「オクラのおかかいため」です。

なつ やさい き くち ほし
オクラは、夏がしゅんの野菜です。切り口が星の
かたち
形をしていて、ねばねばしています。

もともとは、エジプトやエチオピアなどアフリカの
ほくとうぶ やさい にほん え どじだい
北東部にあった野菜です。日本には、江戸時代の
お った
終わりごろにアメリカから伝わりました。

いろ はな さ
オクラは、クリーム色のかわいい花を咲かせます。
にほん った はな たの
日本に伝わったころは、オクラの花を楽しむだけ

でした。オクラの実を家庭で食べるようになったのは、



ねん まえ
50年ほど前からです。

きゅうしょく あじ
給食では、オクラをいためてみりん、しょうゆで味つけして、
こな い ふうみ はい
粉のかつおぶしを入れて風味をつけました。かつおぶしが入っ
なまえ
いるので「おかかいため」と名前を
つけました。



あき はい
○みそしるには、秋がしゅんのさつまいもが入っています。

がっ きゅうしょく なつ た もの
9月の給食は、夏がしゅんの食べ物やこれからしゅんを
あき た もの つか
むかえる秋においしい食べ物を使っています。



さつまいも	徳島県	にんじん	北海道	オクラ	熊本県
たまねぎ	北海道	ピーマン	青森県	えのきたけ	長野県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②