

6月20日(金)



かぼちゃの栽培



きょうのこんだて

すきやきに
かぼちゃのしょうゆやき
りんご(かんづめ)
ごはん
ぎゅうにゅう

日本では栽培されるかぼちゃには、セイヨウカボチャやニホンカボチャ、ペポカボチャなどがあります。昔はニホンカボチャの方が多く栽培されていましたが、食生活や好みの変化により、現在はセイヨウカボチャが多く栽培されています。

大阪では、なにわ伝統野菜の「勝間南瓜」、京都では、京野菜の「鹿ヶ谷かぼちゃ」のように、その地域に昔から伝わる伝統野菜として栽培されているかぼちゃもあります。

あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう・ぎゅうにく・あつあげ
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・ふ・サラダあぶら・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・えのきたけ・かぼちゃ・りんご(かんづめ)

クイズ 13 かぼちゃには、他の呼び方があります。さて、それは次のうちどれでしょう？

一口メモ

①ぺきん

②どきん

③なんきん

今週は「食育週間」です。

○4月から時々、今日のようにはしとスプーンの両方がついている日があります。これは献立によって、はしの日だけれどデザートがついている場合など、食べやすさやマナーに配慮して、給食調理員さんがつけてくださっています。そんなみなさんへの思いに気づくと、食べることはますます心豊かになりますね。

○担任の先生が、「大阪市内で、自校で収穫した『すもも』と『びわ』を味わえるなんて、あなたたちは本当に幸せですよ」と話されると、このような経験が初めての1年生は、信じられない様子で「へえ～」とびっくりしていました。決して当たり前のことではありません。このような体験が、上福の子どもたちの心を豊かに育んでいくと信じています。

○今日の「かぼちゃのしょうゆ焼き」に使われているかぼちゃは、長崎県産西洋かぼちゃです。

西洋かぼちゃ

○上福なかよし畑では、3. 4年生が育てている「勝間南瓜」がとても元気です。

かぼちゃは、5年生の理科「花から実へ」の教材で、おもちゃかぼちゃも育てています。

おもちゃかぼちゃは、イタリア料理によく使われるズッキーニと同じ、ペポかぼちゃです。

大きな葉に、太陽の光がいっぱい注がれています。少しふくらんでいるのは、実でしょうか？



産地調べ

たまねぎ	大阪府	えのきたけ	長崎県	りんご(缶)	青森・秋田・山形県
にんじん	長崎県	かぼちゃ	長崎県	牛肉	北海道

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ

□今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：③