

10月11日(月)



ツナ大豆そぼろは、ツナと大豆、しょうがをいためて作ります。ごはんによく合うように、砂糖やしょうゆなどで味つけしています。

体をつくるものになるたんぱく質やカルシウム、鉄を含むおかずです。

今日の給食には、食べやすくくださいひきわり大豆を使っています。

きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
ぶたにくのねぎじょうゆやき
ふきよせに
ツナだいすそぼろ

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん さとう、さといも あぶら
あ	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう ぶたにく、ツナ(かん) だいす、けずりぶし
み	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 しろねぎ、しょうが れんこん、さんどまめ しめじ

クイズ⑥ 給食でひきわり大豆を使っている料理は、どれでしょうか。

- ① マーボー豆腐 ② キーマカレーライス ③ タンタンめん

一口メモ

○今年度初めての児童朝会を運動場で行いました。校長先生とも対面で挨拶ができました。校長先生のお話は「秋の七草」についてです。春の七草は、正月が終わって1月7日に食べる「七草がゆ」で有名です。秋の七草は、



春の七草と違って食べるよりも、花を見て楽しめます。秋の七草は「萩、尾花(すすき)、葛、撫子、女郎花、藤袴、桔梗」です。秋の七草の覚え方で、七草の頭文字を合わせた「おすきなふくは」というのがあります。みなさんも覚えてみませんか。

○今日から1週間栄養教諭になるために3名の方が実習に来られます。児童朝会で挨拶されました。



基本は、1年2組、2年2組、3年2組のみなさんといっしょに過ごします。今週は、社会見学や遠足があるので、4年生と5年生のみなさんとも過ごす日があるので、よろしくお願いします。

○今日の給食の「ふきよせ煮」は、数種類の野菜などをいりどりよく盛り合わせた料理につけられる「和食」の名前です。秋の料理です。給食では、しゅんのさといも、れんこんしめじを使っています。

さといも	愛媛県	にんじん	北海道	しょうが	高知県
たまねぎ	兵庫県	れんこん	徳島県	白ねぎ	北海道

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②