

## 10月26日(火)

おう どう かん

## 黄桃の缶づめ

ももには実がしろいろの「白桃」と黄色の「黄桃」があります。  
給食では、山形県産の黄桃を使った缶づめが登場します。



黄桃は、実がかたいのが特ちょうで、缶づめにされることが多いです。  
黄桃を2つにわり、シロップにつけて作ります。

## きょうのこんだて

こくとうパン  
ぎゅうにゅう  
なすのミートグラタン  
けにくとやさいのスープ  
おうとう(かんづめ)

き	おもにエネルギーのもとになる こくとうパン、マカロニ こむぎこ、あぶら パンこ、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、ぎゅうひきにく ぶたひきにく
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる なす、にんにく、コーン キャベツ、たまねぎ にんじん、パセリ おうとう(かんづめ)

クイズ17 ももは、どこの国にもともとあったかもののでしょうか。

① 中国 ② 日本 ③ インド

## 一口メモ

○3年生が種をまいたなにわの伝統野菜の天王寺かぶら

と田辺だいごんの芽がでてきています。なかよし畑に

まいたおおさかしろなの芽はまだでていませんでした。

これから大きくなるのを楽しみにしましょう。

○今日の主菜は「なすのミートグラタン」です。

なすといえば、夏がしゅんの野菜ですが、秋の初めのころまでおいしく食べることがで



きます。夏のなすは、太陽の暑さに負けないように、

皮も少し厚くなっています。秋にできるなすは、小さめ

ですが、皮も実もやわらかくうまみもあります。

秋なすを使ったことわざに「秋なすはよめに食わすな」

があります。秋なすは、体を冷やすのでおよめさんに

あまり食べさせないほうがいいという意味もあります。給食では、10月に1回だけ使用

できる秋なすをミートソース味のグラタンにしました。

じゃがいも	北海道	にんじん	北海道	パセリ	長野県
キャベツ	長野県	たまねぎ	兵庫県	にんにく	青森県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①

