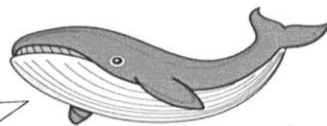


11月11日(木)

くじらのたつたあげ

日本では、昔からくじらを使ったさまざまな料理が食べられてきました。肉だけでなく、皮や内臓、尾びれまで工夫して使うので、くじらは「捨てる場所がない」といわれるほどです。

今日は、くじらにしょうゆ、しょうがなどで味をつけて、でんぷんをまぶし、油であげたくじらのたつたあげです。



きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
くじらのたつたあげ
ぶたにくとじゃがいものにも
きゅうりのあかじそあえ

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん でんぷん、あぶら、じゃがいも さとう
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう くじら、ぶたにく けずりぶし
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる しょうが、たまねぎ にんじん、さんどまめ きゅうり

クイズ8 大阪の郷土料理で、くじらと水菜を入れた鍋料理を何というでしょう。

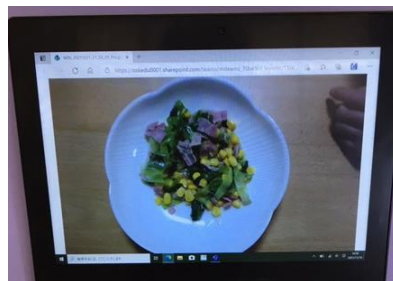
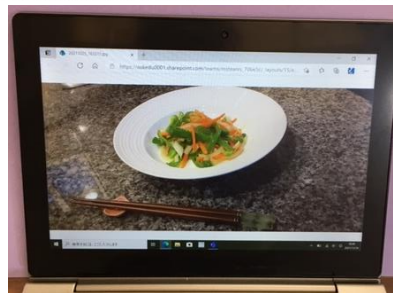
① さくら鍋 ② もりもり鍋 ③ はりはり鍋

一口メモ

〇6年生の家庭科の「いためる調理で朝食のおかずを作ろう」の学習で「いろどりいため」を家で作って写真や動画をTeamsで提出する課題がありました。



いろどりいためは、3種類の野菜と加工食品を使うことが条件でした。昨日、丸井先生に提出された写真や動画を見せていただきました。どれもいろどりがきれいで、朝ごはんのおかず



としておいしそうにできあがっていました。来週の水曜日に6年生は学校で家庭科の「まかせてね 今日の食事」の学習で調理実習を行います。

〇今日の給食の主菜は「くじらのたつたあげ」です。

日本では、むかしからくじらをよく食べていました。

今日のくじらは、赤身です。しょうが汁、料理酒、こいくち

しょうゆを合わせた調味液に1時間以上つけこんだあと、

でんぷんをまぶして油であげました。体をつくるもとになる

たんぱく質や不足しがちな鉄をたくさんふくんでいます。



じゃがいも	北海道	たまねぎ	兵庫県	きゅうり	高知県
にんじん	北海道	しょうが	高知県	つなこんにやく	群馬県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③