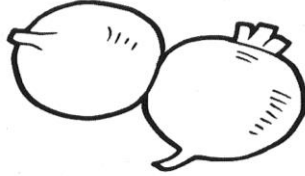


12月3日(金)

かぶ

かぶは、アブラナ科の植物で、はくさい、なのはな、キャベツなどの仲間です。
日本では、古くから栽培されてきました。



かぶは、一年中買うことができますが、寒い時期の方が、甘みがあり、おいしいです。

きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
けいにくとやさいのにも
じゃこまめ
かぶのゆずふうみ

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん じゃがいも、さとう てんぷん、あぶら、いりごま
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう けいにく、だいず ちりめんじゃこ、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 たまねぎ、ごぼう にんじん、さんどまめ かぶ、ゆず

クイズ3

かぶを使った京都の伝統的な漬物は何でしょうか。

- ① 千枚漬け ② たくあん ③ 梅干し

一口メモ

今日の主食は「ごはん」です。上福島小学校ではごはんを学校でたいています。右の機械は、立体炊飯器です。3段同時にごはんがたけます。



12月分の米から
令和3年度に収穫



ふたをあけると



した新米です。給食の米は北海道産の「おぼろづき」という銘柄を使っています。新米はとれたての米なので、水分も少し多めなので新米をたくときは、水の量を少なくしてたきます。給食でも12月は、水の量を少し少なくしてごはんをたいています。

今日は、5年生が家庭科で和食の基本の「ごはんとみそしる」の調理実習を行います。朝一番に米を洗って、水につける作業と



みそしるのだしのにぼしの頭とはらわたをとっていただきました。安全においしく作ってくださいね。



じゃがいも	北海道	たまねぎ	兵庫県	こんにやく(カット)	群馬県
にんじん	熊本県	ごぼう	青森県	さんどまめ(冷)	タイ

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①