

12月10日(金)

た

ら



たらフライに使われているスケソウダラは、「スケトウダラ」とも呼ばれています。体長は60センチメートルくらいです。すり身としてかまぼこやちくわなどの材料になります。



給食のたらフライは、衣にパン粉、小麦粉、でんぶん、塩、香辛料などが使われています。

きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
たらフライ
さつまいものみそしる
きくなとはくさいのごまあえ

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん さつまいも、さとう いりごま、あぶら
あ	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう たらフライ、うすあげ あかみそ、しろみそ だしこんぶ、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 もやし、あおねぎ、はくさい きくな

クイズ8 たらの卵巣を塩漬けにし、調味料で味付けしたものを何というでしょうか。

- ① からしめんたいこ ② キャビア ③ かずのこ

一口メモ

○今週は「歯と口の健康強調週間」です。今日のかむかむメニューは

「ごはん」です。先生の声かけで30回よくかんで食べましょう。

給食を食べる前と後は、しっかり手を洗いましょう。

今日で歯と口の健康強調週間は終わりです。チェックシートに

ふりかえりも書いておきましょう。これからも意識して一口30回かんで食べるようになると体のためにもいいですよ。

○今日の副菜は「きくなとはくさいのごまあえ」です。

冬がしゅんのきくなを使っています。

今日のきくなは、大阪府でとれたものです。

大阪府には、大阪湾、森林、農地など恵まれた自然

があります。そこから栽培される野菜やくだものなど

の農産物、肉、たまごなどの畜産物、木材や炭などの

林産物、大阪湾で水あげされる水産物など豊かな食材

がたくさんあります。また、それを使って作る加工品を

「大阪産」としています。今日のきくなは、大阪産のきくな

です。地産地消にもつながりいいことです。

みなさんもスーパーなどで大阪産を見つけてください。

今週は、「歯と口の健康強調週間」です。



はくさい	茨城県	たまねぎ	兵庫県	青ねぎ	徳島県
にんじん	熊本県	さつまいも	徳島県	きくな	大阪府

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①