

7月分の給食【7/1(火)~7/17(木)】

7月8日(火) そぼろ

そぼろは、ひき肉や魚、卵などをばらばらに炒ったものです。そぼろの名前の由来は、「粗おぼろ」がなまってできた言葉だといわれています。おぼろは、そぼろをさらに細かくほぐしたもので、それよりも粗いものを粗おぼろと呼んでいました。

クイズ 6 <わたしはだれでしょう?>

- ・ピリッとした味がするので、あまりたくさん使いません。
- ・体をぽかぽかと温めてくれます。
- ・くさみを消します。
- ・料理によい風味をつけてます。

一口メモ

○今日の給食には、夏が旬の野菜が使われています。かぼちゃ、なす、ピーマンなどです。旬のよさは大きく3つあります。さて何でしょう。

- ①おいしい
- ②栄養価が高い
- ③値段が安い

○2年生が先週金曜日「上福なかよし畠」で野菜を収穫しました。



产地調べ

たまねぎ	兵庫県	かぼちゃ	鹿児島県	なす	京都府
キャベツ	茨城県	にんじん	長崎県	ピーマン	宮崎県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳キャップ

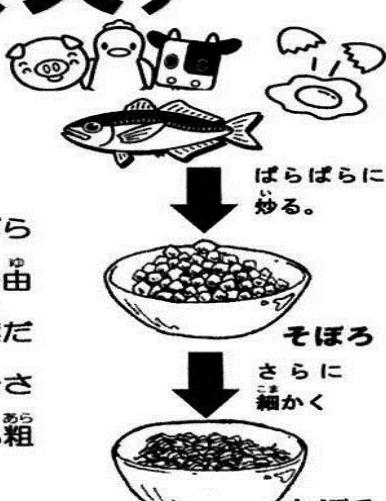
□今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：しょうが

きょうのこんだて

けいにくのあまからやき
みそしる
なすのそぼろいため
ごはん
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう・けいにく・ うすあげ・かんそうわかめ・ あかみそ・しろみそ・ だしこんぶ・けずりぶし・ ぶたひきにく
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・さとう・サラダあぶら
みどり	(おもにからだのちょうしきをととのえる) たまねぎ・キャベツ・かぼちゃ・ にんじん・なす・コーン・ ピーマン・しょうが



・黄土色をした根の部分を食べる、野菜のなかまでです。