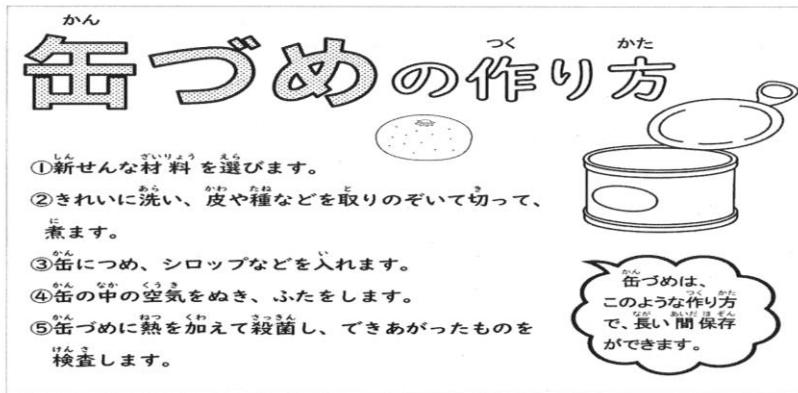


2月14日(月)



きょうのこんだて

ハヤシライス
きゅうにゅう
キャベツのひじきドレッシング
みかん(かんづめ)

き	おもにエネルギーのもととなる ごはん じゃがいも、あぶら、こむぎ さとう
あ	おもにからだをつくる きゅうにゅう きゅうにく、ひじき
み ど り	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 グリンピース、ゼロリ キャベツ、みかん(かんづめ)

クイズ9 給食のみかんの缶詰は何から作られているでしょうか。
① いよかん ② 温州みかん ③ オレンジ

一口メモ

○児童朝会で校長先生は「大阪府の新型コロナウイルスの新規感染者が多いです。感染しないようにするために『マスク・手洗い・消毒・換気』を



今週は、「食育週間」です。食について考えましょう。



心がけましょう。」と「将棋の藤井聰太さんが、王将戦で勝利されて五冠を達成しました。上福島小学校にも将棋のスペースがあります。興味のある人は、やってみましょう。遊んだ後は、手洗い、消毒も忘れずに行いましょう。」と話されました。

○今日の副菜は「キャベツのひじきドレッシング」です。蒸した

キャベツにひじきが入った手作りドレッシングをかけます。

ひじきは、海そうのなかまで。カルシウムや食物せんいが

たくさん入っています。給食では、たっぷりの湯でもどした

ひじきをからいりし、さとう、しお、酢、うすくちしょうゆで味つけ

して煮て、火を止めてからサラダ油を入れてドレッシングを作りました。

【おまけクイズ】 給食にもでる海そうは、つぎのうちどれでしょうか。

- ① あらめ ② うみぶどう ③ もずく

たまねぎ	兵庫県	キャベツ	大阪府	ひじき	愛媛県
にんじん	長崎県	じゃがいも	北海道	グリンピース(冷)	アメリカ

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：② おまけクイズの答え：③