

## 4月19日(火)



きょうのこんだて  
ごはん  
きゅうにゅう  
けいにくのからあげ  
ちゅうかスープ  
チンゲンサイともやしのあますあえ

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん、でんぱん さとう、あぶら
あか	おもにからだをつくる きゅうにゅう けいにく ぶたにく
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる キャベツ、にんじん しょうが、にんにく、にら しいたけ、もやし チンゲンサイ、たまねぎ

クイズ7 しいたけは、3つのグループのどの食べ物でしょうか。

- ① 黄 ② 赤 ③ 緑

## 一口メモ

○昨日、6年生が家庭科で「お茶を入れてみよう」で実習を行いました。

班の人数分の水を計量して、やかんに入れてわかし、人数分の茶葉

を量ってきゅうすに入れて、わかした湯を入れて1分待ちました。

最後に湯のみにお茶の濃さが均等になるように入れました。

できたお茶を飲むと、おいしいと飲む子や苦いという子、熱いからと少し冷ましながら飲む子がいました。



○今日の給食の副菜は「チンゲンサイともやしの

あますあえ」です。チンゲンサイは、中国の

やさい にほん つた  
野菜です。日本に伝わっ

たのは、50年ほど前です。

シャキシャキとした歯ざわりが特徴の野菜です。ラーメンなどの  
具として使われることもあります。

チンゲンサイもアブラナ科の野菜です。



キャベツ	兵庫県	たまねぎ	長崎県	にら	高知県
にんじん	徳島県	しょうが	高知県	チンゲンサイ	愛知県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③