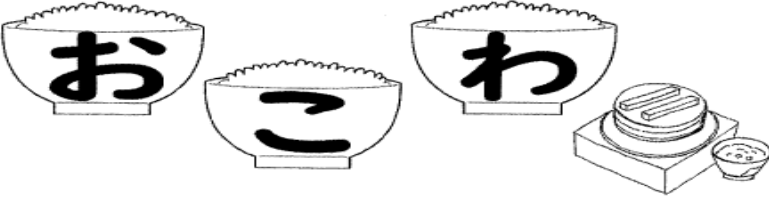


5月31日(火)



むかしは、もち米を蒸した飯を「強飯」と言いました。それに、ていねい語の「お」をつけて短くし、「おこわ」になったと言われています。

今日は、鶏肉、金時豆、しめじの入った「金時豆の中華おこわ」です。

きょうのこんだて	
コッペパン (アプリコットジャム) ぎゅうにゅう きんときまめのちゅうかおこわ ちゅうかスープ ツナとやさいのオイスターソースいため	
き	おもにエネルギーのもとになる コッペパン アプリコットジャム もちごめ、ごまあぶら あぶら
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう けいにく、きんときまめ ぶたにく、ツナかん
みどり	おもにからだのちようしきをとのえる しめじ、たまねぎ チンゲンサイ、もやし にんじん、キャベツ、ピーマン

クイズ19 給食のおこわは給食室にあるどの機械で作られるでしょうか。

① 炊飯器 ② 焼き物機 ③ フライヤー

一口メモ

○今日の給食は「きんときまめの中華おこわ」です。



きんときまめが入った中華味のおこわです。おこわは、もち米を使っ

て蒸して作ったごはんのことです。赤飯などもおこわになります。むかしは、もち米を使っ

て蒸したごはんを「強飯」といいました。強飯にていねい語の「お」をつけて「おこわ」になっ

たといわれています。今日は、もち米をぬるま湯に1時間以上つけて、湯を切ったあと、けい

肉、きんときまめ、しめじと調味液をクラスごとの容器に入れて、焼き物機で250度で25分間蒸し焼



きにしました。もちもちとした食感を楽しんでください。

給食でも食べているごはんは、うるち米という種類です。むかしは、うるち米で作った

ごはんのことを「おひめさまが食べるやわらかいごはん」を意味する「姫飯」と呼んで

いました。

○学習園に植えていた2年生のさつまいもも根がついたようで、



葉っぱが伸びてきています。5年生のはつがじっけん発芽実験をしたあとに植えたインゲンマメもかわいらしい花が咲いていました。植物の成長が感じられます。

ピーマン	宮崎県	たまねぎ	兵庫県	チンゲンサイ	長野県
にんじん	徳島県	キャベツ	石川県	しめじ	長野県

ごみの分別 ☐ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②