

6月8日(水)



オレンジ

オレンジはみかんのなかまです。皮も果肉もあざやかなオレンジ色で、豊かな香りとたっぷりの果汁を含む果物です。

オレンジは、主に体の調子を整える緑のグループの食べ物です。

きょうのこんだて

こくとうパン(1/2)
ぎゅうにゅう
わふうやきそば
オクラのあますあえ
オレンジ

き	おもにエネルギーのもとになる こくとうパン ちゅうかめん、あぶら さとう
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう ぶたにく、いか かつおぶし
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる キャベツ、たまねぎ にんじん、ピーマン オクラ、オレンジ

クイズ6 和風焼きそばに使われている麺の種類は何でしょう。

- ① うどん ② そうめん ③ 中華めん

一口メモ

○今週は「歯と口の健康強調週間」です。

給食の前とあとの手洗いは、いつも以上にていねい

に行いましょう。金曜日まで給食の時間に「かむ

かむメニュー」を担当の先生の指示で一口30回

かんで食べましょう。今日のかむかむメニューは、

「わふうやきそば」です。給食時には、健康

委員会からの放送もあります。今週は、家でもよくかむことを意識して食べるようにし

ましょう。

○今日のデザートに「オレンジ」がついています。

オレンジは、みかんのなかまです。オレンジは、大きく分け

て「バレンシアオレンジ」「ネーブルオレンジ」「ブラッド

オレンジ」の3つあります。今日の給食のオレンジは、

バレンシアオレンジです。ネーブル

オレンジは、オレンジの底にへそのようなくぼみ

があることから英語でへそという意味のネーブル

(navel)と名前がつきました。ブラッドオレンジは、

果肉が赤いので英語の血という意味の「ブラッド(blood)」と名前がつきました。

オレンジは、ビタミンCがしっかりとれるのでおやつにおすすめです。



バレンシアオレンジ



ネーブルオレンジ



ブラッドオレンジ

キャベツ	愛知県	たまねぎ	佐賀県	オクラ	高知県
にんじん	徳島県	ピーマン	宮崎県	オレンジ	アメリカ

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③

今週は、「歯と口の健康強調週間」です。
よくかんで食べましょう

かむかむメニュー

6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
わふう カレーうどん	もやしの ちゅうかめん	わふう やきそば	さんまの のほろ煮	サーモン フライ