

11月29日(火)

**まめ
うずら豆**

うずら豆は、皮に黒色のまだらもようがあります。このもようが、うずら卵のからや、うずらという鳥の色合いに似ていることから、この名がつきました。

今日の給食のうずら豆のグラッセは、砂糖と塩で味つけし、バターの代わりにオリーブ油でつやを出しています。

きょうのこんだて

コッペパン(バター)
ぎゅうにゅう
ぶたにくのガーリックやき
ケチャップに
うずらまめのグラッセ

き	おもにエネルギーのもとになる コッペパン、じゃがいも あぶら、バター、さとう オリーブゆ
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう、けいにく ぶたにく、うずらまめ
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる たまねぎ、キャベツ グリンピース にんじん

クイズ18 グラッセとは、どこの国の料理でしょうか。

- ① フランス ② アメリカ ③ オランダ

一口メモ

○先週の22日にひまわり学級が学習園で栽培していた



さつまいもを収穫しました。たくさん
のさつまいもが
とれました。



学習園では、2年生もさつまいもを育てています。

2年生のみなさんともさつまいもの収穫を日々行おうと思います。楽しみにしておいて
ください。

○今日の副菜は「うずら豆のグラッセ」です。うずら豆はいん
げん豆のなかまでです。うずら豆という名前は、豆の皮の
もようが、うずらのたまごに似ているところからつきました。



うずらたまご

うずら豆は、エネルギーのもとになる
炭水化物、からだを作るもとになる
たんぱく質が多くふくまれています。そのほかにもカルシウム、鉄、
亜鉛、カリウムなどのミネラルや食物せんいもたくさんふくんでいます。



うずら豆

給食では、フランス料理のバターなどの油でつやを出す料理のグラッセとして調理を
します。

じゃがいも	北海道	たまねぎ	北海道	うずら豆	北海道
にんじん	鳥取県	キャベツ	愛知県	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：①