

12月9日(金)

きゅうしょく 給食の マリネ液の作り方

えき つく かた

①たまねぎをオリーブ油でいためる。

②さとう、塩、米酢、りんご酢、オリーブ油、ワインで味つけする。

今日の給食には、油であげたさけにマリネ液をからませた「さけのマリネ」が登場します。

きょうのこんだて

コッペパン(ブルーベリージャム)
きゅうにゅう
さけのマリネ
にくだんごとむぎのスープ
りんご

き	おもにエネルギーのもとになる コッペパン ブルーベリージャム、でんぶん あぶら、オリーブ油、さとう おしむぎ
あか	おもにからだをつくる きゅうにゅう さけ、にくだんご
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる たまねぎ、だいこん にんじん、ほうれんそう りんご

クイズワ さけの卵を「いくら」といいますが、何語でしょう。

- ① 日本語 ② 中国語 ③ ロシア語

一口メモ

きょう
○今日のかむかむメニューは「りんご」です。

たんにん せんせい し じ
担任の先生の指示のもとよくかんで食べましょう。

きゅうしょく まえ て あら きゅうしょくじ かん
給食の前とあとは、ていねいに手を洗いましょう。給食時間の

けんこういいんかい ほうそう き
健康委員会による放送もよく聞いてください。

けさ かんりさぎょういん ささき ひだり しゃしん み しょくいんしつ
○今朝、管理作業員の佐々木さんが左の写真の実を職員室に



ちい あか み た
たザクロです。小さな赤い実を食べます。

さわやかなあまみと酸味があります。

こうてい う み
校庭にはカリンの実もなっています。

カリンには、せき止めの効果があるといわれています。生のままだとかたく、ざらざらとしてしぶみもありおいしくありません。はちみつづけなどにして使います。

きょう
○今日のかむかむメニューのりんごもくだものです。

きょう ながのけんさん
今日のりんごは、長野県産シナノスイートです。

カリン



ザクロ



たまねぎ	北海道	だいこん	徳島県	おしむぎ	石川県
にんじん	長崎県	ほうれんそう(冷)	大分県	さけ(冷)	北海道

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③