

9月分の給食【9/2(火)~9/30(火)】

9月10日(水)

沖縄の料理をしようかいします！

チャンブルー

…あぶらりょうりやとうふ、たまごなどをいためて作ります。ゴーヤ（にがうり）を使った、ゴーヤチャンブルーが有名です。



ソーキ汁

…ソーキ（豚のあばら肉）をこんぶ、大根などといっしょに煮こんだ汁のことです。



ジューシー

…炊きこみご飯や雑炊という意味で、フーチバ（よもぎ）ジューシーやクープ（こんぶ）ジューシーなどがあります。



他にもイリチー（いため煮）、ンブシー（みそ煮）、ラフテー（豚の角煮）、ヒラヤーチー（沖縄風クレープ）などの料理があります。

今日の給食ではソーキ汁が登場します。

クイズ 7 枝豆が十分実ると、何になるでしょう？

①小豆

②大豆

③てぼ豆

一口メモ

○今日の「ソーキ汁」に使っている材料は、豚ばら肉、とうがん、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、切りこんぶです。だしはけずりぶしでとります。みりん、塩、こい口しょうゆで味つけしています。

○昨日、牛乳かごはとてもきれいに積み重ねられていました。給食調理員さんにお聞きすると、実は、一番最初に返しに来た学年は、正しく置いていなかったようです。それを次に来た学年が置き直してくれていたそうです。もし、そのままだったら…牛乳かごを明日のため洗ってくださる給食調理員さんのことや、後から来る人のことを考えているか考えていなかで、行動は変わってきます。

○昨日の生活科の時間に、1年生が緑や赤のピーマンを収穫しました。十分熟すと、緑色から赤色になることがよくわかりました。中には、赤と緑を混ぜたような、不思議な色のピーマンもありましたよ。



産地調べ

白ねぎ	鳥取県	たまねぎ	兵庫県	えのきたけ	長野県
とうがん	岡山県	にんじん	青森県	切りこんぶ	北海道

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キヤップ

□今日のプラごみ…牛乳フード

きょうのこんだて

けいにくのねぎやき

ソーキじる

えだまめ

ごはん

ぎゅうにゅう

（おもにからだをつくる）

あぎゅうにゅう・けいにく・

かぶたにく（ばら）・きりこんぶ・けずりぶし

き（おもにねつやちからのもとになる）

ごはん・さとう

み（おもにからだのちようしをととのえる）

しろねぎ・とうがん・たまねぎ・にんじん・えのきたけ・えだまめ



今日は、2年生がピーマンを収穫します。

上福なかよし畑では、夏から秋へと、その姿が変わりつつあります。植物はたくさんの実を私たちに残し、そろそろ短い一生を終えようとしています。「たくさんの自然のめぐみをありがとう。」

クイズの答え：②