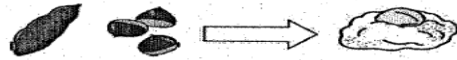


1月18日(水)

くりきんとんの作り方

1. さつまいもは、水にさらしてあくをぬく。
くり(水煮缶)は液汁を十分にきる。
2. 湯をわかし、さつまいも、くりの順に加えて煮る。
3. 煮上がれば、砂糖、みりん、塩で味つけて煮詰め
る。



【あく…食品に含まれる「にが味」や「しぶ味」などのこと】

きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
けいにくのあまからやき
かすじろ
くりきんとん

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん さとう、さつまいも、くり
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう けいにく、さけ、うすあげ あかみそ、しろみそ だしこんぶ、けすりぶし
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、あおねぎ

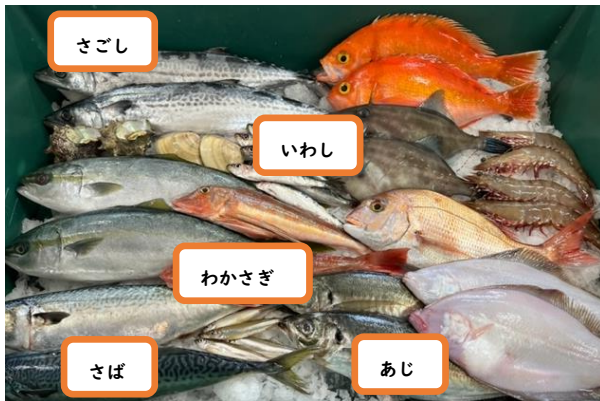
クイズら 今日のかす汁に使われている魚は何でしょうか。

- ① たい ② ぶり ③ さけ

一口メモ

〇昨日、4年2組が「魚について知ろう」を
めあてに食に関する指導を行いました。

給食に登場している魚や魚の栄養につ
いて学びました。最後に今日からやって
みることを書きました。「おやつなどでも
小魚をせっきょくてきに食べる」「にがてな
魚もがんばって食べてみようと思った」「小さいほねなら食べるようにする」「魚の皮もちや
んと食べようと思う」等魚をしっかりと食べていこうという意見が多かったです。



〇先週の金曜日に5年生が受けたお魚食育教室

では、お魚タッチ用で何種類かの魚を持ってきた
ていただきました。給食でも使っているさば、い
わし、あじ、さごし、わかさがぎがありました。

13日には自分たちが手開きしたいわしをふじの
会の方々がからあげにしてくださいました。ほねも
油であげていただきほねせんべいで食べまし

た。今週月曜の給食のさばのカレーたつたあたげを5年生は、いつもよりしっかり食べてい
ましたと才野先生から聞きました。お魚食育教室の成果がでたみたいでうれしかったです。

【おまけクイズ】今日の給食のくりきんとんもおせち料理です。くりきんとんには、どんな
願いが、こめられているでしょうか。

- ① お米がたくさんとれるように ② 豊かなくらしができるように ③ 元気ですごせるように

だいこん	徳島県	たまねぎ	北海道	青ねぎ	徳島県
にんじん	鹿児島県	さつまいも	徳島県	くり(水煮缶)	韓国

ごみの分別 口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③ おまけクイズの答え：②