

3月3日(金)

デコポン

デコポンは、^{くまもとけん}熊本県や^{えひめけん}愛媛県、^{わかやまけん}和歌山県、^{さがけん}佐賀県などで多く栽培されています。

^{ふゆ}冬から^{はる}春にかけてが^{しゅん}旬(おいしい時期)です。皮がむきやすく人気があります。



きょうのこんだて

おさつパン
ぎゅうにゅう
とうふのミートグラタン
おしむぎとやさいのスープに
デコポン

き	おもにエネルギーのもとになる おさつパン あぶら、こむぎこ、パンこ おしむぎ、じゃがいも
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう ぎゅうひきにく、とうふ だいず、けいにく
みどり	おもにからだのちょうしきととのえる たまねぎ、ピーマン にんにく、キャベツ にんじん、グリーンピース デコポン

クイズ 3 おしむぎは何かから作られているのでしょうか。

① 小麦 ② 大麦 ③ はと麦

一口メモ

今日の主菜は「^{きょう}とうふの^{しゅさい}ミートグラタン」です。

とうふをミートソースで煮こんで、最後、焼き物機で
230度13分間焼きます。給食で使用するとうふは、

右の写真のように1kgずつ包装されているものを
使います。袋を開けて、サイコロの形に切っています。

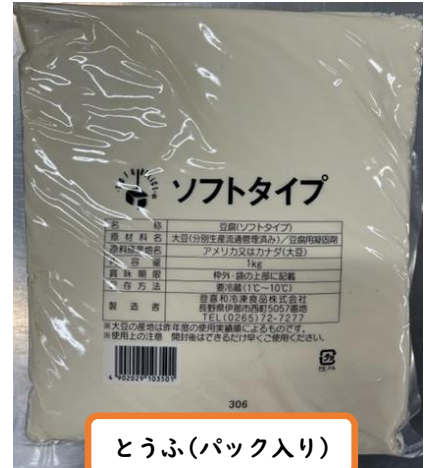


だいず(粒状)

ミートソースは、牛ひき肉のほか
に、だいず(粒状)を少し入れて

います。だいず(粒状)は、だいずを粒のように細かくした
ものです。粒のだいずをミートソースに少し入れることで、

あぶらっぽさをおさえます。淡白な味のとうふもミートソースが
からんで食べやすくなります。大豆製品がしっかり食べられる
ので、ご家庭でもぜひお試しください。



とうふ(パック入り)

今日のデザートは、デコポンです。給食のデコポンは、

和歌山県産のものです。デコポンは、熊本県宇土郡
不知火町で栽培が始められたので、「不知火」と名前が
つけられました。不知火の中であまみ(糖度)が13度以上
すっぱさ(酸味)が1%以下のものだけを「デコポン」と
名前をつけられます。いまが、しゅんのみかんです。



じゃがいも	北海道	たまねぎ	北海道	ピーマン	鹿児島県
にんじん	鹿児島県	キャベツ	愛知県	にんにく	青森県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え: ②