

3月16日(木)

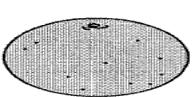
はっさく

かぜをひきにくくしたり、皮ふを強くしたりするビタミンCが多く含まれています。

主に体の調子を整える働きのある緑のグループの食べ物です。

はっさくは、広島県で生まれた果物です。

薄皮の袋を開いて、果肉の部分を食べましょう。



きょうのこんだて
コッペパン(バター)
ぎゅうにゅう
けいにくのカレーふうみやき
ようふうに
はっさく

き	おもにエネルギーのもとになる コッペパン、バター あぶら、じゃがいも
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
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる キャベツ、たまねぎ だいこん、にんじん えだまめ、はっさく

クイズ12 はっさくをいちばんたくさん作っている県はどこでしょう。
① 広島県 ② 徳島県 ③ 和歌山県

一口メモ

今週は、「食育週間」です。食について考えましょう

○今日のデザートに、みかんのなかまの「はっさく」です。

はっさくは、日本が原産のくだものです。江戸時代末期に広島県尾道市因島田熊町(むかしの因島市)の浄土寺で発見されました。はっさくと名前がついたのは、浄土寺の住職が「八朔には食べられる」といったことから名づけ



られたといわれています。

八朔とは、八月朔日を短くしたことです。むかしの8月1日(いまいう8月下旬から9月ごろ)のことです。

はっさくは、さわやかな香りとほどよい酸味があります。独特のほろ苦さもあるくだものです。12月下旬ごろから収穫して、1~2ヶ月ほど冷暗所で貯蔵して酸味をおちつかせてからスーパーなどに出回ります。

上福島小学校にもまだまだ小さいですが、はっさくの木があります。

○今日で6年生は、小学校で食べる給食も最後です。みんなが入学の時にPTAからいただいたお盆は、記念に家に持つて帰ってくださいね。

【おまけクイズ】 「大阪市立の中学校に進学する人は、小学校と同じ給食を食べる。」○でしょうか。×でしょうか。

① ○

② ×

じゃがいも	北海道	たまねぎ	北海道	だいこん	香川県
にんじん	鹿児島県	キャベツ	愛知県	むきえだまめ(冷)	台湾

ごみの分別□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：①

