

9月分の給食【9／2(火)～9／30(火)】

# 9月30日(火)

れ い と う

つ く

か た

## 冷凍みかんの作り方

1. みかんを軽く洗う。
2. 冷凍庫で凍らせる。
3. 冷たい水にさっとくぐらせ、  
みかんの表面にうすい氷のまくを作る。
4. もう一度、冷凍庫で凍らせる。



### きょうのこんだて

やきそば  
きゅうりのピリからあえ  
みかん(れいとう)  
1/2こくとうパン  
ぎゅうにゅう

あ か	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう・ぶたにく
き	(おもにねつやちからのもとになる) こくとうパン・ちゅうかめん・ サラダあぶら・さとう
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・ピーマン・ にんじん・きゅうり・みかん

クイズ 19 ピーマンはよく熟すと、緑色から何色になりますか？

### 一口メモ

①赤色

②黄色

③オレンジ色

○運動会はとても暑かったにもかかわらず、特に体調をくずした人もなく、どの学年の演技も素晴らしかったですね。なかなか気づかないことですが、「早寝、早起き、朝ごはん」そして「排便」など、毎日繰り返される事がらが当たり前のようになれることが、健康な心と体をつくる第一歩ですね。手洗い、うがい、歯磨きもそうですよ。

○植物を育てていると、同じ条件で育てていても、大きく育つもの、小さくしか育たないもの、花がたくさん咲くもの、あまり花が咲かないもの、長く花が咲き続けるものなど、いろいろあることがわかります。

○4年生が育てている「田辺だいこん」と「天王寺かぶら」も同じです。これから、畑に植えかえませんが、「間引き」と言って、野菜が大きく育つように、いくつかの芽や株をぬきます。そう

しなと、  
葉が重なっ  
てしまい、  
うまく育た  
なくなるか  
らです。



### 産地調べ

キャベツ	長崎県	ピーマン	大分県	きゅうり	大阪府
たまねぎ	兵庫県	にんじん	北海道		

### ごみの分別

☐ 普通ごみ…牛乳キャップ

☐ 今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：①