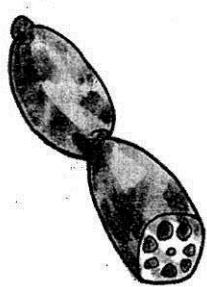
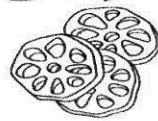


10月分の給食【10/1(水)～10/31(金)】

10月8日(水) れんこん



れんこんの主な成分はでんぶんで
す。その他にビタミンCや食物せん
いも多く含みます。れんこんのビタ
ミンCはでんぶんに守られているの
で、熱に強いのが特ちょうです。

クイズ 6 今日の給食に登場する野菜のうち、池の中で育つものはどれでしょう？

①れんこん

②ピーマン

③たけのこ

一口メモ

○れんこんは、蓮(はす)という水生植物の、地下の茎が太ったものです。れんこんの穴は、何が通っていたかがわかりますね。

○昨日、5年生が「りんご狩り」と「ぶどう狩り」をしました。

「上福のりんご」の今年最後の収穫でした。9月初め、運動会の準備でテントにあたった枝を切った時が1回目の収穫でした。

○今回、管理作業員さんに高所ばさみで切ってもらった実を、数人で袋に受け取りました。そして、ナイスキャッチには歓声があがりました。

○「市販のりんご」と「上福のりんご」を比べて、みなさんはどんなことに気づくでしょう？たくさんのことを考えながら、近いうちに、全員で味わいたいと思います。



みんな違ってみんないい「上福のりんご」です。



産地調べ

ピーマン	熊本県	にんにく	青森県	にら	高知県
しょうが	高知県	はくさい	長野県	れんこん	徳島県

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

きょうのこんだて

ピリからどんぶり
ワンタンのかわのスープ
れんこんのオイスターソースやき
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・ あかみそ・けいにく
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・ごまあぶら・さとう・ でんぶん・ワンタンのかわ
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ・たけのこ・にんじん・ ピーマン・しょうが・ににく・ はくさい・もやし・にら・ れんこん