

10月分の給食【10／1(水)～10／31(金)】

10月21日(火)

みかんのえいよう

きょうのこんだて

ドライカレー (こめこ)

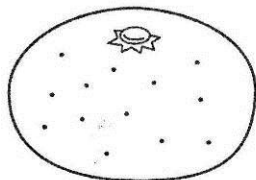
ぎゅうりのサラダ

みかん

ぎゅうにゅう

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・ ぶたひきにく
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・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) たまねぎ・にんじん・ グリーンピース・コーン・ にんにく・マッシュルーム・ きゅうり・みかん

みかんにはビタミンCが多く含まれて
います。ビタミンCをとると、かぜ
に負けない力を体につけることがで
きます。そのほかに、みかんの袋には、
食物せんいが多く含まれています。



クイズ 14 今日の「ドライカレー」には少量ですが、香りと旨みを出すために、ある野菜が使われています？

一口メモ

さて、为什么呢？

①しょうが

②セロリー

③にんにく

○今日の給食には、福岡県産の「早生(わせ)温州みかん」が
登場しています。「上福のみかん」は「温州みかん」ですから、
食べ頃はもう少し後になります。木の高さも、早生は低いそ
うです。



今日の「上福のみかん」
の様子です。



昨年、11月28日の「上
福のみかん」です。

昨年、11月
28日の「上
福のはっさ
く」です。



今日の「上福のは
っさく」です。今
年は一つも実を
つけませんでした。
どうしてでし
ょうね。



産地調べ

たまねぎ	北海道	にんにく	青森県	みかん	福岡県
にんじん	北海道	きゅうり	大阪府		

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：③