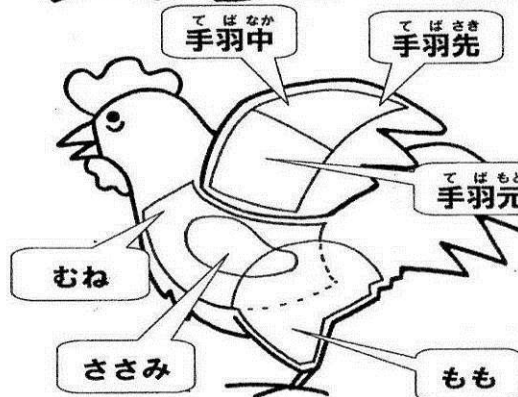


10月分の給食【10／1(水)～10／31(金)】

10月28日(火)

鶏肉



けいにく 鶏肉は、むね、もも、手羽
もと、手羽中、手羽先、ささ

みといった部位に分けられ
ます。それぞれの部位の特
ちょうを生かして、料理に
使われています。

きょう 給食の「あげど
りのねぎソースかけ」には、
もも肉を使っています。

きょうのこんだて

あげどりのねぎソースかけ
あつあげとはくさいの
うまに・みかん
ごはん
ぎゅうにゅう

あ か	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう・けいにく・ あつあげ
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・デンプン・あぶら・ さとう・ごまあぶら・ サラダあぶら・でんぷん
み ど り	(おもにからだのちようしをととのえる) しょうが・しろねぎ・はくさい・ たまねぎ・にんじん・にら・ みかん

クイズ 19 とりにく ぶ い いちばんし ぼう すく 鶏肉の部位のうち、一番脂肪が少ないのはどこでしょう？

①ささみ

②むね

③もも

一口メモ

○今日、1年生が地域の方に「絵
手紙」を教えていただきました。
画材は「ピーマン」です。お聞き
したところ、食育を意識して「ピ
ーマン」を選ばれたそうです。そ
れに応えるように、子どもたち
の絵からも一筆からも、育てた
り食べたりした「ピーマン」への
愛着が感じられました。



これは5年生の作品「上
福のぶどう」です。味わ
いがあります。

ねぎソースに一工夫。給
食調理員さんが、白ねぎ
を荒みじんにしてくださ
っています。あげどりに
よくからみます。



白ねぎ はくさい	鳥取県 長野県	たまねぎ にんじん	北海道 北海道	にら みかん	高知県 熊本県
-------------	------------	--------------	------------	-----------	------------

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