



上福島小学校 食育通信

令和5年度2月食育週間【2/13(火)～2/16(金)】

一口メモ

○今週は、2月の食育週間です。食育通信をタブレットで見ることができるようになっています。「しょくいく3がっし」のフォルダから見てください。今月もチャレンジしてください。

キーワード



いね。

○1月の食育・給食週間で福島図書館から借りた食育の本は、読んだでしょうか。

食育の本は、今日まで借りています。まだ読んでいない人は、気になる本があれ



ば読んでみてください。

たもの食べ物のことや絵本などおもしろそうな本がたくさんありました。

○今日の給食は、ほうれんそとのクリームシチューです。給食のクリームシチューは、小麦粉を綿実油で色がつかないように十分にいためたホワイトルウを作ってシチューにとろみを出しています。クリームもい入れてコクをプラスしています。

今週の水曜日のハヤシライスでは、小麦粉を綿実油で茶色になるまでいためたブラウンルウを作りました。

給食の和食こんだてのみそしるやにものなどは、けずりぶし、だしこんぶ、にぼしなどでだしをとっています。大阪市の給食では、できるところは安全で手作りの給食を心がけています。

○今日で2月の食育週間が終わりです。これからも「早ね・早おき・朝ごはん・はいべん」のきそく正しい生活を送っていきましょう。

昨日の答え ③とら豆です。3月5日にとら豆のにものがでます。



せいかい 正解した人には、シールをわたします。



ブラウンルウ



とらまめ