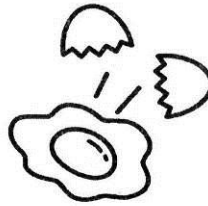


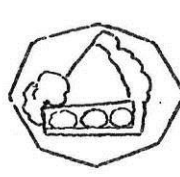
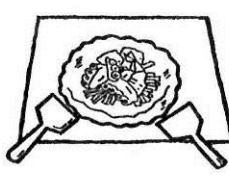
11月分の給食【11/4(火)～11/28(金)】

11月5日(水)

卵を使った料理の紹介



給食では、今回の「ツナポテトオムレツ」のほか、えんどうの卵とじ、卵豆腐、他人丼、親子丼、カツ丼、かきたま汁、お好み焼き、プリン、クラフティなどがあります。



きょうのこんだて

ツナポテトオムレツ
スープ
りんご
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・けいらん・ツナ・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・じゃがいも・バター・サラダあぶら
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ・キャベツ・だいこん・にんじん・パセリ・りんご

今日の給食は、卵アレルギーの児童にも配慮しています。

クイズ 2 りんご、みかん、かきのうち、同じ量を食べたときに一番ビタミンCが多い果物はどれでしょう？

ゴールデンデリシャス

一口メモ

①りんご

②みかん

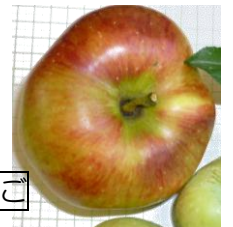
③かき

○10月9日の給食に登場したりんごは、青森県産「つがる」という品種でした。

今日は岩手県産「ジョナゴールド」です。

○「ジョナゴールド」は「ゴールデン・デリシャス」と「紅玉」とをかけ合せて、アメリカで生まれました。一方、「つがる」は日本生まれで、「ゴールデンデリシャス」と何をかけ合せてできたのかは不明だそうです。

○りんご1つから、いろいろなことが見えてきます。それが上福島小学校のよさであり、誇りであり、そしてこれが「上福の食育」です。



上福のりんご



産地調べ

じゃがいも	北海道	キャベツ	茨城県	にんじん	北海道
たまねぎ	北海道	だいこん	青森県	りんご	岩手県

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：③