

11月分の給食【11/4(火)～11/28(金)】

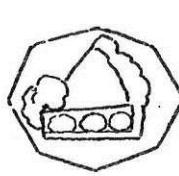
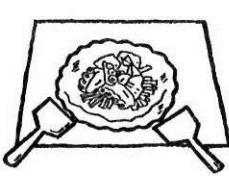
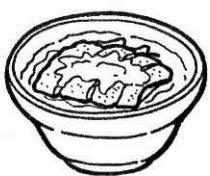
11月5日(水)

たまご つか りょうり しょうかい

卵を使った料理の紹介



きゅうしょく こんかい ほか
給食では、今回の「ツナポテトオムレツ」の他、えんどうの
たまご 卵とじ、卵どうふ、他人丼、親子丼、カツ丼、かきたま汁、
このや お好み焼き、プリン、クラフティなどがあります。



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？

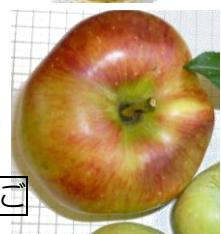
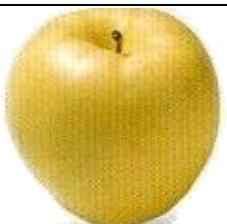
ゴールデンデリシャス

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

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

(おもにからだをつくる)

あかぎゅうにゅう・けいらん・ツナ・ぶたにく

(おもにねつやちからのもとになる)

きこくとうパン・じゃがいも・バター・サラダあぶら

(おもにからだのちょうしをととのえる)

みどりたまねぎ・キャベツ・だいこん・にんじん・パセリ・りんご