



## 上福島小学校 食育通信

令和6年度 10月食育週間【10/7(月)～10/11(金)】

### 一口メモ

○今週は、10月の食育週間です。食育通信をタブレットで  
み  
見ることができますようにしています。  
こんげつ  
今月もチャレンジしてください。

○きのうのけいにくとさつまいものシチューに(株)キヨウワ  
かたがた  
プロテックの方々が、ラッキーにんじんを入れてくださいま  
した。きのうのラッキーにんじんは、秋  
バージョンでした。まつたけ、いちょう、  
もみじのにんじんとハロウィン仕様の  
パンプキン、こうもりなどのにんじんを  
い  
入れてくださいました。気がついた人  
ひと  
はいましたか。みなさんが楽しんで  
たの  
おいしく食べてもらおうという気持  
きも  
ちで作ってくださいました。  
みんなは、しっかりと食べるといいですね。



○今日の給食の主菜は、「けい肉のチリソース焼き」です。  
けんりょう  
チリソースは、とうがらしを原料にしてしおやスパイスを  
くわ  
加えて作るソースです。チリは、中南米原産のとうがらし  
ちゅうなんべいげんさん  
のチリペッパーのことです。給食では、しょうが汁、にん  
にく、さとう、しお、しょうゆ、ケチャップ、トウバンジャンを  
つけ  
ませあわせて作ったソースをけい肉の下味としてつけこんでから、焼き物機で  
や  
焼きました。からさの中にもあまみが感じられるようにしています。

【クイズ】 副菜のオイスターソースいためのオイスターソースの原料は、何で

しょうか。

① 牡蠣

② いわし

③ あさり

きのうのクイズの答え: ③和歌山県です。生産量の1位和歌山県、  
いならけん  
2位奈良県です。

### キーワード



チリペッパー

答えは、あすつらしの通信でお知らせします。

