

# 1月13日(火)

ちく ぜん に  
**筑前煮**



・「筑前」は昔の福岡県の地名で、「筑前煮」は福岡県の郷土料理です。

・福岡県では「筑前煮」のことを「がめ煮」と呼び、正月や祭りのときにも作られます。

## きょうのこんだて

ちくぜんに  
ひじきまめ  
だいこんのゆずふうみ  
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・けずり ぶし・だいず・ひじき
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・サラダあぶら・さとう・ でんぶん・あぶら
み ど り	(おもにからだのちょうしをととのえる) ごぼう・れんこん・さんどまめ・ にんじん・しいたけ・だいこん・ ゆず(かじゅう)

**クイズ3** 大豆は別名「○○○の肉」といわれるくらい、栄養分がたくさん含まれています。何といわれているでしょう？  
①たんぼ ②かわら ③はたけ

## 一口メモ

○1月になって、校庭の果樹の様子がすっかり違ってきます。葉を落として、これからのますますの厳しい寒さに耐えようとしています。

もうすぐ、学年ごとに、お礼の肥料やりをします。



上福の柿です。



上福のなしです。



上福のりんごです。



手前が上福のすももで、遠くがぶどうです。



一つも実がなかった上福のはっさくです。



ここにも、「上福のぶどう」です。奥は柿です。

ごぼう	茨城県	にんじん	愛知県	だいこん	鹿児島県
れんこん	徳島県	ひじき	三重県伊勢市	ゆず(果汁)	徳島県

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