

# 2月20日(金)



たつたあげは、しょうゆで味付けし、衣に  
でんぷんを使うので、あげると赤茶色の  
中に所どころ白い部分ができます。その  
もようが、百人一首にうたわれた、もみじ  
が流れる 竜田川の景色とにていることか  
ら、たつたあげとよんでいます。

## きょうのこんだて

けいにくのたつたあげ  
じゃがいもとやさいのもの  
はくさいのすのもの  
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・ ひとくちがんも・けすりぶし
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・でんぷん・あぶら・ じゃがいも・さとう
み ど り	(おもにからだのちょうしをととのえる) しょうが・だいこん・たまねぎ・ にんじん・はくさい

今週は、「食育週間」です。

クイズ14 食事の時のマナーとして望ましいのは、次のうちどれでしょう。

- ①もったいないので、はしについたごはんをなめてとる。②どの料理を食べようと、はしを行ったり来たりさせる。  
③口の中の食べものがなくなるまで、話すのをがまんする。

## 一口メモ

〇5年生が調理実習で「おやつ作り」をしました。作ったのは「白玉だんご(みたらし・まっ茶)」「クッキー」「ドーナツ」「フレンチトースト」「フライドポテト」「フルーツヨーグルト」です。



友だちと協力して、どの班も工夫した「おやつ」を作ることができました。「ほっとタイム」を楽しみました。

クイズの答え：③