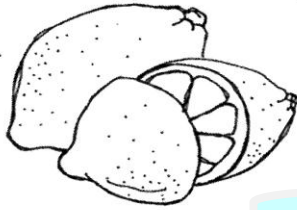


2月27日（金）

レモンは、いろいろな国で作られています。お店で売られているレモンは、アメリカやチリから来たものが多いです。日本国内では、広島県や愛媛県で多く作られています。給食では国産のレモンを使用しています。



きょうのこんだて

チキンカレーライス
カリフラワーのレモンふうみサラダ
パインアップル（かんづめ）
ぎゅうにゅう

あ	（おもにからだをつくる）
か	ぎゅうにゅう・けいにく
き	（おもにねつやちからのもとになる） ごはん・じゃがいも・ サラダあぶら・さとう
み	（おもにからだのちょうしをととのえる）
ど	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・トマト（かん）・にんにく・
り	カリフラワー・レモン・ パインアップル（かんづめ）

今週は、「生活振り返り週間」です。

クイズ19 カリフラワーを白くゆでるためには、湯に何を加えてゆでるとよいでしょう？

- ① 油 ② 砂糖 ③ 酢

一口メモ

○今日の「カリフラワーのレモン風味サラダ」には、国産のレモンが使われています。

○レモンはインドヒマラヤ東部原産です。



日本では、5月に花が咲き、10～12月に収穫します。

○レモンがビタミンCの補給源として広まったのは、大航海時代です。スペイン、ポルトガル、イギリスなどの列強を悩ませていたのが、ビタミンC不足が原因でおこる壊血病（毛細血管がもろくなるため歯ぐきや皮ふなどから出血し、貧血、衰弱も伴う病気です）でした。そこで、レモンやライムが注目され、船乗りによって各地に広まりました。港はビタミンCの補給基地となりました。



じゃがいも	北海道	にんじん	鹿児島県	レモン	広島県
たまねぎ	北海道	カリフラワー	徳島県	パインアップル(缶)	沖縄県

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