

3月2日(月)

こんなにすごい! よもぎのパワー



きょうのこんだて

ぶたにくのおろしじょうゆかけ
ごもくじる
きなこよもぎだんご
ごはん
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・ぶたにく・ だしこんぶ・けずりぶし・きなこ
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・ふ(しらたま)・ よもぎだんご・さとう・でんぶん
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	だいこんおろし・たまねぎ・
り	はくさい・にんじん・ ほうれんそう

クイズ1 よもぎを「フーチバー」と呼び、たきこみごはんやくさみ消しに使う都道府県はどこでしょう。

一口メモ

①北海道

②沖縄県

③福井県

○「きなこよもぎだんご」は春らしいお菓子です。よもぎだんごは、よもぎを練りこんで作られています。よもぎの香りと淡い緑色が特徴のだんごです。

○今日は、そのよもぎだんごに「きなこ」をかけていただきまします。

きなこ

きなこは、大豆をいって、すりつぶしてこなにしたものです。

きなこにさとうを加えて、もちやだんごなどにまぶして食べることが多いです。



○2月3日は「節分の行事献立」だったので、「入り大豆」がありました。その週が「歯と口の健康強調週間」だったので「いり大豆」を1口30回かみました。覚えてていますか? かんだ後の一年生の感想で、「よくかんだら、きな粉のような味がしました。」という意見がありました。煎り大豆をすりつぶして粉にしたものが「きなこ」です。なるほどです。



たまねぎ	北海道	にんじん	愛知県	よもぎだんごに使われている「よもぎ」	青森県
はくさい	愛知県	ほうれん草	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・きなこの袋

クイズの答え: ②