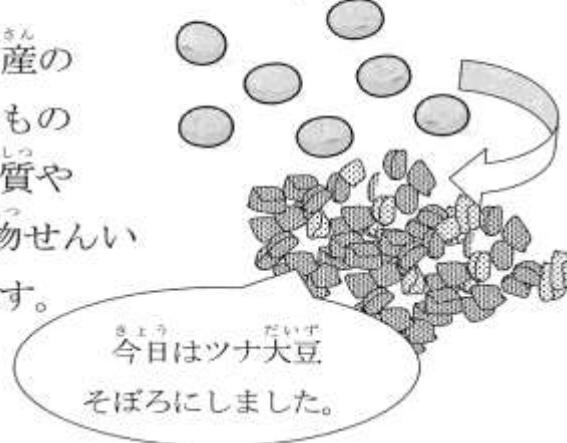


9月分の給食【9/2(水)~9/30(水)】

9月17日(木)

新登場 ひきわり大豆

ひきわり大豆は北海道産の大豆を、ゆでてくださいました。大豆は、たんぱく質やカルシウム、鉄分、食物せんいがたくさん含まれています。



きょうのこんだて
ぶたにくとこんにゃくのもの
キャベツときゅうりの
ゆずのかあえ
ツナだいすそぼろ
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 けずりふし・ツナ だいす(ひきわり)
き	(おもにねつやちからのものとなる) ごはん・じゃがいも さとう・サラダあぶら
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	たまねぎ・さんどまめ
り	キャベツ・きゅうり ゆず(かじゅう) にんじん・しょうが

クイズ12 「ひきわり大豆」は、あか・き・みどりの何色のグループの食べ物でしょう？

- ①あか ②き ③みどり

今週は「食育週間」です。しっかりよくかんで食べましょう。

一口メモ

○新登場の「ひきわり大豆」を使った「ツナ大豆そぼろ」は、ご飯にかけて食べましょう。皆さんは「ひきわり納豆」を知っていますか？丸いままだ大豆ではなく、細かくくだいた「ひきわり大豆」を使っています。

○今日はあいにくの雨ですが、今の校庭の果樹の様子です。



(上左) 中には美しいルビーのような実があります。(上右) 熟すと、

○○色になります。(下左) 1日に3個食べると、かぜの予防になります。

(下右) 昨年は一つもできませんでした。○っ○くです。

さて、この4つの「くだもの」の名前はなんでしょう。



じゃがいも	北海道	キャベツ	群馬県	にんじん	北海道
たまねぎ	北海道	きゅうり	大阪府	しょうが	高知県

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：①