

11月分の給食【11／2(月)～11／30(月)】

11月4日(水)

ししゃも

ししゃもは、つめたい海がすきな魚です。日本では北海道の海にすんでいます。

給食に出るししゃもは、「カラフトシシャモ」や「カペリン」と呼ばれる魚です。北極海や太平洋・大西洋の北部など世界中のつめたい海に広くすんでいます。



きょうのこんだて

やきししゃも
ぎゅうにくとあつあげのにも
キャベツのうめふうみ
ごはん
ぎゅうにゅう

(おもにからだをつくる)	
あ	ぎゅうにゅう
か	ししゃも・ぎゅうにく あつあげ・けずりぶし
(おもにねつやちからのもとになる)	
き	ごはん
さ	さとう
(おもにからだのちようしをととのえる)	
み	だいこん・れんこん
ど	にんじん・さんどまめ
り	キャベツ・ばいにく

クイズ2 「ししゃも」に多く含まれている栄養素は、次のうちどれでしょう？

①カルシウム

②ビタミンC

③食物せんい

一口メモ

○今日の給食に登場のししゃもは、アイスランドやノル



ウェーでとれました。北海道でとれるししゃもは、とても量が少なく、とても値段が高いです。スーパーなどで売られているししゃもは、ほとんどがアイスランドやノルウェー産です。

○今月の掲示は3年生が作りました。柿をからすが食べに来ているのかな？と聞くと、これは青色のインコだそうです。



ここにも柿がありますよ。「上福の柿」が食べ頃ですね。

だいこん

青森県

にんじん

青森県

梅肉(南高梅の種と皮を取

れんこん

徳島県

キャベツ

長野県

ったもの) 和歌山県

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