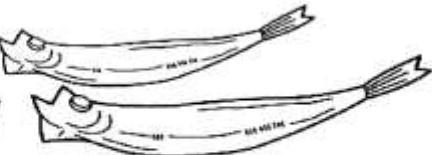


11月分の給食【11/2(月)~11/30(月)】

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もの
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
さとう

(おもにからだのちょうしきととのえる)

み だいこん・れんこん
ど にんじん・さんどまめ
り キャベツ・ぱいにく

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ったもの)	和歌山県
れんこん	徳島県	キャベツ	長野県		

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