

11月分の給食【11／2(月)～11／30(月)】

今週は「食育週間」です。

11月20日(金) ういろう

ういろうは、今から600年ほど前、薬を作っていたういろう家で考え出されたお菓子です。



ういろう家のお菓子
なのでういろうという
名前がつけました。

きょうのこんだて

ぶたにくとまいたけの

いためもの

つみれじる

かぼちゃういろう

ごはん

ぎゅうにゅう

(おもにからだをつくる)

あ か ぎゅうにゅう・ぶたにく
いわしだんご・あかみそ
しろみそ・だしこんぶ
けずりぶし

(おもにねつやちからのもとになる)

き ごはん・サラダあぶら
しょうしんこ・さとう

(おもにからだのちょうしをととのえる)

み ど り キャベツ・まいたけ
しょうが・だいこん・ごぼう
みつば・にんじん・かぼちゃ

クイズ14 「ういろう」がはじめて作られたのは、どこでしょう？

一口メモ

① 日本

② 中国

③ インド

○一番シンプルな「ういろう」は、上新粉10gと砂糖5gと水20gを混ぜて蒸して作ります。(1人分の分量です)

ういろうの基本割合

2

上新粉

:

1

砂糖

:

4

水



○「かぼちゃういろう」は、上新粉8g、砂糖5g、かぼちゃ(ペースト)10g、水10gで作ります。

○昨日、5年生がたまねぎの苗植えをしました。たまねぎの苗もまるで青ねぎのようで、においも同じです。なぜなら、たまねぎもねぎもユリ科ネギ属で同じ仲間だからです。



原料は
うるち米

上新粉



6年生になって収穫します。大切に育ててとりたて新たまねぎを描き、味わいます。

キャベツ	愛知県	だいこん	徳島県	にんじん	青森県
まいたけ	新潟県	ごぼう	北海道	みつば	愛知県

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