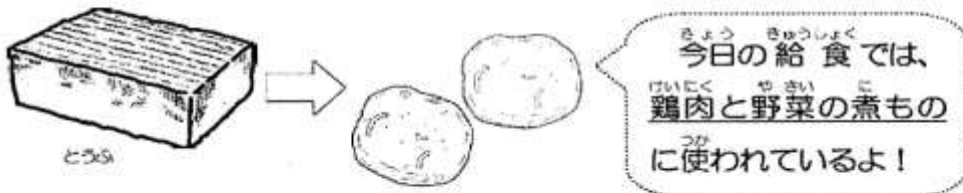


# 2月9日(火)

## 一口がんと

一口がんとは、一口で食べられる大きさのがんとです。  
給食の一口がんとは、とうふをつぶして水分をしぼったものに、にんじん、でんぷんなどを加えて練り、一口で食べられる大きさにして、油であげます。



### きょうのこんだて

さんまのみぞれかけ  
けいにくとやさいののもの  
もやしのあえもの  
ごはん  
ぎゅうにゅう

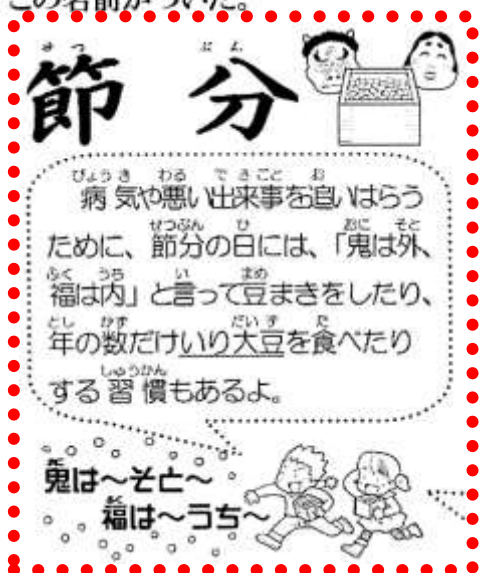
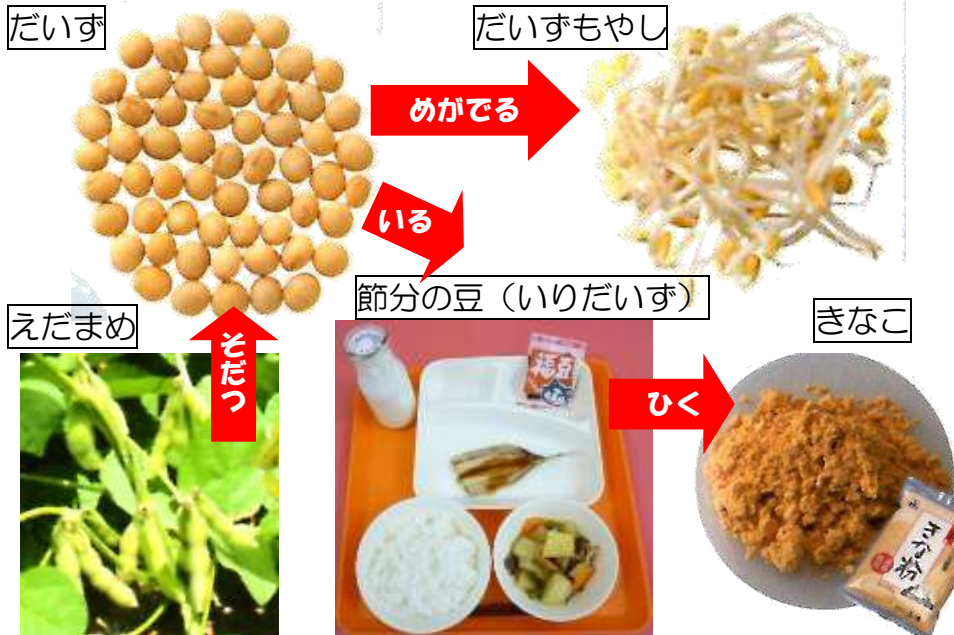
あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・さんま けいにく・ひとくちがんと けずりぶし
き	(おもにねつやちからのもとになる)
	ごはん サラダあぶら・さとう
み	(おもにからだのちようしをととのえる)
ど	だいこんおろし ゆず(かじゅう)
り	ごぼう・れんこん・にんじん むきえだまめ・しいたけ もやし

クイズ「一口がんと」は、「がんと」という鳥の肉に味が似ていることから、この名前がついた。

○か? ×か? ①○ ②×

### 一口メモ

○節分に大切な役割をする「大豆(だいず)」ですが、日本人にとって、欠かすことのできない食品です。でも、国内で自給されているのはわずかに3%程度、ほとんどが輸入です。  
○みなさんは、豆腐は大豆から作ることは知っていますか。  
ほかに、いろいろなものに変身します。今日はその1。



さんま	北海道・青森県沖	ごぼう	青森県	にんじん	愛知県
ゆず(果汁)	徳島県	れんこん	徳島県	もやし	種:ミャンマー

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