

# 3月10日(木)

## しいたけの栽培

しいたけは、しいたけ菌を使って栽培することができます。  
出回っているしいたけのほとんどが栽培されたものです。

原木栽培…枯れた木にしいたけ菌を植えつけ、自然に  
近いところで育てる。

菌床栽培…おがくずに米ぬかなどを混ぜ合わせたものに  
しいたけ菌を植えつけ、建物の中で育てる。

### きょうのこんだて

けいにくのしょうゆバターやき  
ごもくじる  
さんびらごぼう  
ごはん  
ぎゅうにゅう

あ か	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう・けいにく とうふ・うすあげ だいこん・けずりぶし ぶたにく
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん バター・サラダあぶら さとう
み ど り	(おもにからだのちようしをととのえる) だいこん・はくさい にんじん・みつば なましいたけ ごぼう

クイズ8 「しいたけ」は、赤・黄・みどりのどのグループの食べ物でしょう？

- ①赤 ②黄 ③みどり

### 一口メモ

○今日は「3月のお誕生日集会」でした。「野菜やくだものが苦手だ  
けど、好きになるようにがんばって食べる」と発表してくれた1年  
生がいました。もう十分に頑張っています。4月から比べると、特  
に1年生の成長は、目覚ましいものがあります。

○今週は今年度最後の「生活振り返り・食育週間」です。お誕生日集会では、「テストでよい  
点をとりたい」、「スポーツで活躍したい」などの抱負をよく耳にします。そのためにまず大  
切なことは、生活リズムを整えるために規則正しい生活を送ることです。



6年生と2年生、6  
年生と4年生の「さ  
よなら給食」のよう  
すです。

だいこん	長崎県	にんじん	愛知県	しいたけ	徳島県
はくさい	愛知県	みつば	愛知県	ごぼう	青森県

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：③