

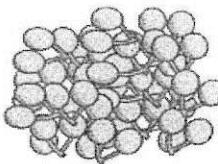
5月17日(火)

さんしょう

さんしょうはミカン科の植物で、昔から若い芽や花、実などが香辛料として使われてきました。
緑色の若い実は、つくだ煮にします。熟した実は粉にして、七味唐辛子の材料にしたり、肉や魚にふりかけて辛みと香りを料理に加えたりします。

今日の給食では
鶏肉にふりかけて焼き
ました。

さんしょうの香りが
しておいしそうですね。



クイズ9 「ごまかかいため」は「ごま」と何を使っていためているでしょう?

- ①かつおぶし ②かに ③かき

一口メモ

○「ごまかかいため」はたけのこをサラダ油で炒めてみりん、こい口しょうゆで味つけし、最後にかつおぶし、いりごまを加えてさらに炒めてでき上がりです。



きょうのこんだて
けいにくのさんしょうやき
じゃがいもとあつあげのみそに
ごまかかいため
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・けいにく あかみそ・けずりぶし あつあげ・かつおぶし
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・じゃがいも・さとう サラダあぶら・いりごま(しろ)
み ど り	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ・にんじん・たけのこ さんどまめ



今週は「食育週間」です。こんなことに気をつけましょう。

- 給食時間のルールやマナーは守っていますか?
しっかり振り返ってみましょう。
 校庭や畑などの自然の変化をしっかり観察しましょう。
上福島のなしの観察です。
今の様子はどうでしょう。



鶏肉	鹿児島県	たまねぎ	佐賀県	三度豆	鹿児島県
じゃがいも	熊本県	にんじん	徳島県	いりごま(白)	エチオピア

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