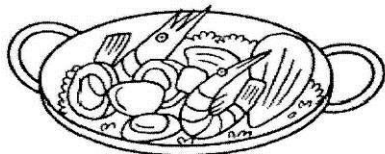


7月8日(金)

パエリアは、スペインの
バレンシア地方の代表的な
料理です。

「パエリア」という名前は、
パエジェーラと呼ばれている、
取っ手のある浅くて丸い鍋で調理することからつきました。
給食では、カレー粉で色と風味を出しています。



パエリア

クイズ6 今日のスープの中のじゃがいもの切り方は何というでしょう？

①ほそぎり

②ひょうし木

③こぐちぎり

一口メモ

★今日のパエリアには赤ピーマンが使われています。私たちが
普段よく食べるピーマンは、実が完全に熟す前に収穫するた
め、実の色は緑色をしています。それが、完熟すると赤色に
なり、甘みが強く、栄養価も高くなります。しかし、大切に完熟
させるのはとても手間がかかるため、一般的に、赤色ピー
マンの方が値段は高めです。

毎年、1・2年生は赤ピーマ
ンになるまで育てています。
実の下の方から、だんだん赤
くなるのがわかりますね。



きょうのこんだて

パエリア

じゃがいものスープ

オレンジ

おおがたコッペパン

(ブルーベリージャム)

ぎゅうにゅう

あ (おもにからだをつくる)

あ か ぎゅうにゅう・けいにく・いか
ふたにく

き (おもにねつやちからのもとになる)

おおがたコッペパン

(ブルーベリージャム)

せいはくまい

オリーブあぶら・じゃがいも

み (おもにからだのちょうしをととのえる)

たまねぎ・あかピーマン

トマト(かん)・さんどまめ

にんにく・キャベツ・にんじん

グリーンピース・オレンジ



これは、昨年9月11日発行の「毎日食育通信」の一口メモです。9月に入って、たくさんの赤ピーマンが収穫できました。今年もたくさん収穫できたらいいですね。

★1年生が赤ピーマンを収穫しました。2年生の人がまるでトマトみたいといっていました。



いか	アルゼンチン	赤ピーマン	高知県	にんじん	青森県
たまねぎ	大阪府	じゃがいも	熊本県	オレンジ	アメリカ

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ・ジャムの袋 □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：②