

9月26日(月)

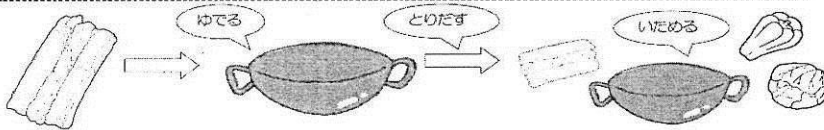
ホ イ コ ウ ロ ー

回鍋肉

回鍋肉は、中国の四川料理の1つです。

回鍋肉(ホイコーロー)は、材料を煮たものを鍋にもどし、いためて仕上げることを、「回す鍋」と書いて回鍋(ホイコー)といいます。また、豚肉のことを(ロー)というので、回鍋肉(ホイコーロー)という名前がつけました。

今日の給食では、豚ばら肉をゆでてから、他の材料と一緒にいためて味つけしています。



きょうのこんだて

ホイコーロー

とうふのスープ

きゅうりともやしのあえもの

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・ふたにく(ばら) けいにく・とうふ
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・さとう・サラダあぶら
み	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ・ピーマン・しょうが・ にんにく・もやし・にんじん きゅうり・にら・しろねぎ キャベツ

クイズ15 『ばら肉』とは、あばら骨のまわりの肉のことである。」 ○か×か？

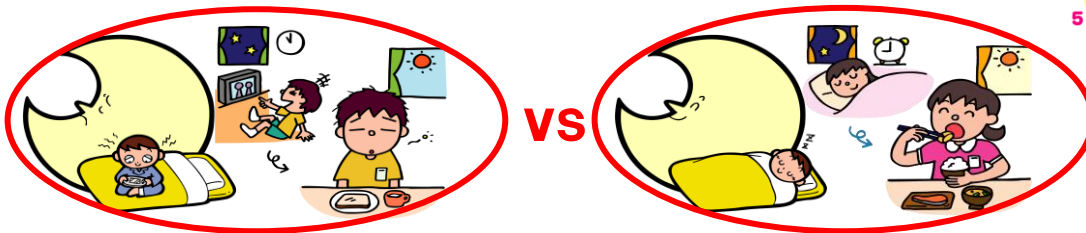
①○

②×

今週は「生活振り返り週間」です。

一口メモ

★あなたはどちらの生活を送っていますか？



★3年生の教室から見た「上福なかよし畑」です。今秋まきの準備をしています。例年と違うのが、天王寺動物園で作られている「サバンナ堆肥」を土に混ぜていることです。動物の糞を発酵させて作った安心・安全な肥料です。それを栄養として、「田辺だいこん」「天王寺かぶら」「青首だいこん」などを育てます。



今年は、天王寺動物園製の「サバンナ堆肥」を混ぜて土作りをしています。



キャベツ	長野県	白ねぎ	長野県	にんにく	青森県
ピーマン	青森県	しょうが	高知県	にら	大分県

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