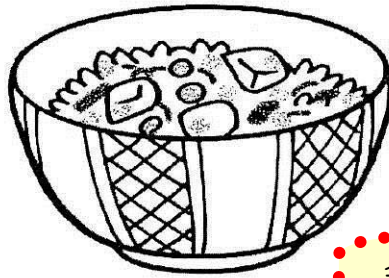


10月17日(月)

もずくと豚ひき肉のジューシー

「ジューシー」とは沖縄の方言で「炊き込みご飯」や「雑炊」のことをいいます。

沖縄らしく、もずくと豚ひき肉の他に、うまみがいっぱいのおこんぶが入っています。



きょうのこんだて

もずくとぶたひきにくのジューシー
ごもくじる
あつあげのしょうがじょうゆかけ
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・ぶたひきにく・もずく・きりこんぶ・けいにく・かまぼこ・だしこんぶ けずりぶし・あつあげ
き	(おもにねつやちからのもとになる)
み	ごはん・サラダあぶら・さとう
ど	(おもにからだのちょうしをととのえる)
り	にんじん・むきえだまめ はくさい・たまねぎ・たけのこ あおねぎ・しょうが

今週は、「食育週間」です。
校庭の果樹が色づいてきました。

クイズ10 「かまぼこ」は、おもに何からつくられているでしょう？

- ① 魚 ② 米 ③ だいこん

一口メモ

★6年生が上福のぶどうを味わいました。卒業しても、この体験は忘れないでください。自然の恵みに感謝！



お店で売っている「ぶどう」が、どのように育つのか、「上福のぶどう」は教えてくれました。そして、とりたてのおいしさや新鮮さも教えてくれましたね。



もずく(冷)	沖縄県	はくさい	長野県	青ねぎ	徳島県
切りこんぶ	北海道	たまねぎ	北海道	しょうが	高知県

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