

11月16日(水)

おおさかしろな

おおさかしろなは、暑さや寒さに強く、一年中栽培できるアブラナ科の野菜です。

江戸時代からずっと今でも大阪市内の住吉区や東住吉区で多く栽培されています。

明治時代のはじめに天満橋や天神橋近くで盛んに栽培されていたことから「天満菜」とも呼ばれています。



きょうのこんだて

あかうおのしょうゆだれかけ
みそしる
おおさかしろなのごまあえ
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・あかうお うすあげ・あかみそ・しろみそ だしこんぶ・けずりぶし
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・さといも・さとう すりごま(しろ) いりごま(しろ)
み	(おもにからだのちょうしをととのえる) はくさい・たまねぎ・にんじん ごぼう・だいこん・しろねぎ おおさかしろな

クイズ11 大阪生まれの野菜のうち、「かぶ」の名前はどうでしょうか？

①玉造かぶら

②田辺かぶら

③天王寺かぶら

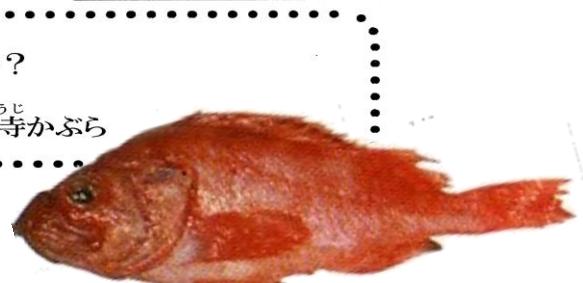
一口メモ

★今日の「赤魚のしょうゆだれかけ」は、1切れがだいたい50gの切り身に冷凍されています。それに、塩で下味をつけ、ホテルパンに並べて、焼き物機で220℃、12分程度、蒸し焼きにします。焼いた赤魚に、料理酒、みりん、うす口しょうゆで作ったたれをかけています。

★おおさかしろなは「なにわの伝統野菜」の一つです。
今日は ゆでたおおさかしろなをすりごまといりごまであります。

★明日は11月分のPTA 給食試食会です。9名の保護者の方が子どもたちと会食されます。先日もお知らせしましたが、参加された方のアンケートのご意見、ご感想には、とても有意義な時間であったことがつづられています。また、来られた折には、上福島の食育を体験していただきます。今月は「柿狩り」と「みかん狩り」、「ざくろ狩り」です。子どもたちはこれから学年ごとに行います。本校の取組みを楽しんでいただければと思います。

● 昨年のみかんの収穫のようすです。
● 今年は、柿とみかんの収穫時期が重なるので、各学年で収穫を喜び合いたいと思います。



あかうお(45cm)



大阪しろな



赤魚	ベーリング海:ロシア	だいこん	石川県	白ねぎ	福井県
はくさい	長野県	ごぼう	青森県	大阪しろな	大阪府

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