

1月分の給食【1/8(金)~1/29(金)】

# 1月17日(火)

## 学校給食献立コンクール優秀賞作品

献立のねらいは、「れんこんの天ぷらを米粉で作ってみました。そして、肉じゃがのじゃがいもをさつまいもに変えて、甘みのある煮ものを考えました。こってりしたおかずなので、さっぱりしたおひたしを組み合わせました。」



クイズ5 「じょうしんこ」とは、何を粉にしたものでしょう？

①小麦

②ひえ

③米

今週は「給食・食育週間」です。

### 一口メモ

★今日の「れんこんの天ぷら」には、小麦粉のかわりに米粉を使っています。小麦アレルギーの人も食べることができます。

★毎年給食週間中は健康委員会が中心になって、学校給食や食べることの大切さを振り返ります。今年は私たちに「自然の恵みをいただくことの大切さ」を実感させてくれた校庭の木々への感謝の会にします。

★たくさん実ったみかんの木の引っ越しです。次の小学校で元気に育つことを願って！



きょうのこんだて
さつまいもとぶたにくのあまからに れんこんのこめこてんぶら
キャベツのおひたし
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・ぶたにく けずりぶし)
き (おもにねつやちからのもとになる)
ごはん・さつまいも・さとう サラダあぶら・じょうしんこ なたねあぶら
み (おもにからだのちようしをととのえる)
ど (たまねぎ・にんじん・れんこん グリンピース・キャベツ)

さつまいも	徳島県	にんじん	北海道	れんこん	徳島県
たまねぎ	北海道	グリンピース(冷)	ニュージーランド	キャベツ	兵庫県

ごみの分別  普通ごみ…牛乳カップ  今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え : ③