

1月分の給食【1／8(金)～1／29(金)】

# 1月19日(木)

きょうと むかし さいばい きょう や さい  
京都で昔から栽培されていた京野菜です。

きょうと みせさき なら  
京都では、「みずなが(店先に)並ぶように  
なると、冬本番。」といわれています。

さむ ふゆほんばん あき お ふゆ  
寒さがきびしくなる秋の終わりから冬に  
かけて、たくさんとれておいしくなる野菜  
です。



# みずな



## きょうのこんだて

さごしのしょうゆだれかけ  
みそしる  
みずなのびたし  
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・さごし・とうふ あかみそ・しろみそ・わかめ だしこんぶ・けずりぶし ぶたにく
き	(おもにねつやちからのもとになる)
	ごはん・さとう
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・しろねぎ
り	ちやし・しめじ・みずな

今週は「給食・食育週間」です。

クイズ7 「みずな」と「くじら」を使った鍋料理を何というでしょう？

①ハリハリ鍋

②モリモリ鍋

③パリパリ鍋

## 一口メモ

★学校給食は、生活に苦しむ子どもたちを助けるために始まりました。今では、栄養バランスのよい献立で、子どもたちの心と体のよりよい成長を支えることや、「生きた教材」として食について学ぶ役割があります。

★戦争が終わって、日本中、食べるものが不足していました。アメリカの民間団体からの援助物資(ララ物資と呼ばれました)により給食が再開されました。全国学校給食週間が定められました。

★では、援助物資として、送られたのは何でしょう。

①牛乳

②豆乳

③脱脂粉乳



みずな



さごし	韓国	白ねぎ	静岡県	しめじ	長野県
たまねぎ	北海道	にんじん	鹿児島県	みずな	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：① 援助物資は脱脂粉乳でした。