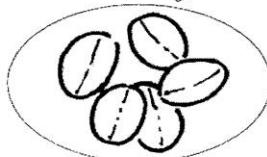


2月分の給食【2/1(水)~2/28(火)】

# 2月15日(水)

## おしむぎ

押し麦は、大麦の皮とぬかをとり、蒸してから、平たくしたものです。料理に使いやすく、消化もよくなるように考えられました。



熱や力のもととなる黄のグループの食べ物です。  
おなかの調子を整える食物せんいがとても多く含まれています。



### きょうのこんだて

おしむぎのグラタン

スープ

デコポン

おおがたコッペパン

(バター(キューブ))

ぎゅうにゅう

あ(おもにからだをつくる)

か(ぎゅうにゅう・けいにく・ふんまつチーズ・ワインナー)

き(おもにねつやちからのもとになる)

おおがたコッペパン

(バター(キューブ))

おしむぎ・こむぎこ・じゃがいも・サラダあぶら・バター・パンこ

み(おもにからだのちょうしをととのえる)

たまねぎ・マッシュルーム

キャベツ・だいこん・にんじん・むきえだまめ・デコポン

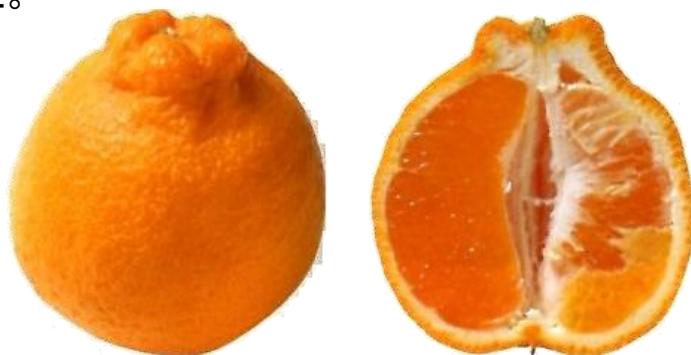
クイズ11 デコポンとまったく同じ種類のくだものの名前は、どれでしょう?

- ① いよかん ② しらぬい ③ きよみオレンジ

今週は「食育週間」です。明日は2月のPTA給食試食会です。お忙しい中、ありがとうございます。

### 一口メモ

★「麦飯」という言葉を知っていますか？米が年貢として取り立てられていた時代、農民にとって大麦は大切な主食でした。よくかまないと消化・吸収はよくならないのですが、米に比べてビタミンB<sub>1</sub>が多く、脚気(江戸患い)の予防になりました。



★今日は不思議な形の「デコポン」の登場です。皮がむきやすくて食べやすいので、全国各地で作られています。「清見オレンジ」に「ポンカン」をかけ合せてできた品種です。



今日の給食は、押し麦が入ったグラタンです。



### 産地調べ

たまねぎ	北海道	キャベツ	三重県	にんじん	愛知県
じゃがいも	北海道	だいこん	香川県	デコポン	和歌山県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ・バターの包み □プラごみ…牛乳フード

クイズの答え : ②