

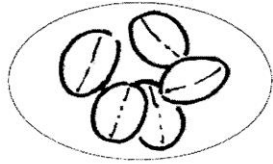
2月分の給食【2/1(水)～2/28(火)】

2月15日(水)

おしむぎ



おしむぎは、大麦の皮とぬかを取り、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。



熟や力のもとに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・ウインナー
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
みどり	(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

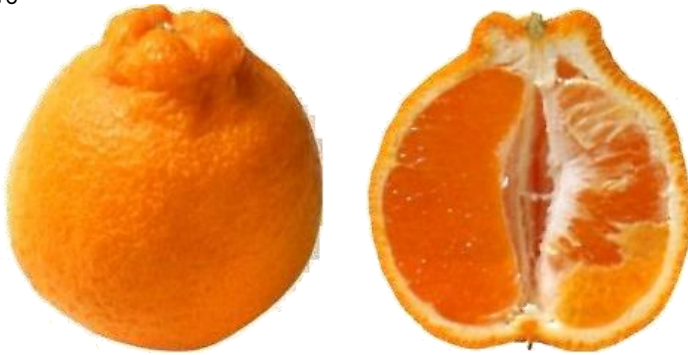
クイズII デコポンとまったく同じ種類ののくだもの名前は、どれでしょう？

- 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。

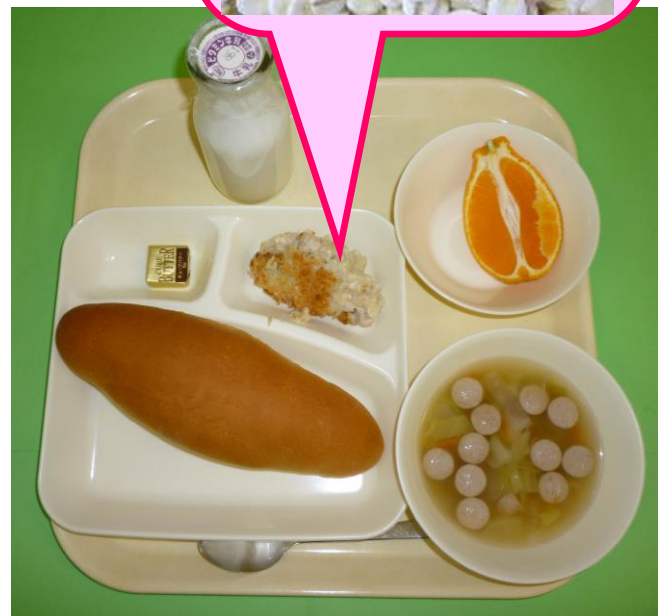
一口メモ

★「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・吸収はよくないのですが、米に比べてビタミンB₁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」を掛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