

4月24日(月)

シチューは、肉と野菜を煮込んだ料理で、英語で「ゆっくりとろ火で煮る」という意味があります。
今日のビーフシチューは、牛肉とじゃがいも、野菜をやわらかく煮て、手作りのブラウンルウでとろみをつけています。

シチュー



きょうのこんだて

ビーフシチュー
キャベツのピクルス
みかん(かんづめ)
パンプキンパン
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・ぎゅうにく
き	(おもにねつやちからのもとになる) パンプキンパン・じゃがいも さとう・こむぎこ・サラダあぶら
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	たまねぎ・にんじん・キャベツ グリーンピース・みかん(かんづめ)

イズ10 「パンプキンパン」の「パンプキン」とは、英語です。何のことでしょう？

- ① かぼちゃ ② しょうが ③ くり

一口メモ

2～6年生用

○今週から「生活振り返り週間」が始まります。
「早寝・早起き・朝ごはん・排便」を意識し毎日の生活を振り返って確認しましょう。

2～6年生は、自分の1学期の目標を決めて、取り組みましょう。

1年生は、「はやね・はやおき・あさ

ごはん・はいべん」が毎日規則正しくできるようにご家庭でご協力をお願いします。

1年生用

○今日の給食は、ビーフシチューです。給食の

シチューは、サラダ油で小麦粉をいためてつくるルウを作ってシチューに加えています。ルウを入れることで、とろみと風味をプラスしています。

おかずによって、ホワイトルウとブラウンルウを作ります。
今日は、小麦粉を茶色くなるまで30分いためて作ったブラウンルウです。



サラダ油に小麦粉を入れています。



30分間いためたブラウンルウです。香ばしいかおりがします。



産地調べ

じゃがいも	鹿児島県	にんじん	長崎県	キャベツ	愛知県
たまねぎ	長崎県	グリーンピース(冷)	ニュージーランド	みかん(缶)	和歌山県

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

1学期 生活振り返りシート

1学期の生活目標(生活の健康ファイルを見直して、目標をたてよう。)

4月	5月	6月	7月	8月
よくできた…◎(10)	できた…○(7)	できなかった日の方が多かった…△(3)	ほとんどできなかった…×(0)	
早ね	早ね	早ね	早ね	早ね
早起き	早起き	早起き	早起き	早起き
しつかり朝ごはんを食べられたか	しつかり朝ごはんを食べられたか	しつかり朝ごはんを食べられたか	しつかり朝ごはんを食べられたか	しつかり朝ごはんを食べられたか
毎日排便できたか	毎日排便できたか	毎日排便できたか	毎日排便できたか	毎日排便できたか
合計点	合計点	合計点	合計点	合計点

1がっき せいかつふりかえりシート 1ねん なまえ()

はやね・はやおき・あさごはん・はいべん(まいにち、うんちをする)

4がつ	5がつ	6がつ	7がつ	8がつ
はやね	はやね	はやね	はやね	はやね
はやおき	はやおき	はやおき	はやおき	はやおき
あさごはん	あさごはん	あさごはん	あさごはん	あさごはん
はいべん	はいべん	はいべん	はいべん	はいべん
かていのサイン	かていのサイン	かていのサイン	かていのサイン	かていのサイン
がっこうのサイン	がっこうのサイン	がっこうのサイン	がっこうのサイン	がっこうのサイン

1がっきのせいかつふりかえりしてみよう。 おうちのかたより