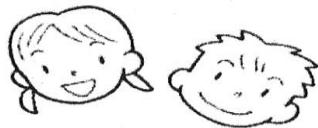


# 5月16日(火)

## 学校給食献立コンクール優秀賞作品



### 今日のメニュー

- ・さけの野菜たっぷりあんかけ
- ・みそ汁
- ・まぜまぜふりかけ

「さけの野菜たっぷりあんかけ」は野菜が苦手な人でも、あんかけで食べやすいようにしました。

ごはんにはふりかけをかけ低学年でも食べやすいようにしました。

### きょうのこんだて

さけのやさいたっぷりあんかけ  
みそ汁  
まぜまぜふりかけ  
ごはん  
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) さけ、ぶりにく、とうふ、あかみそ、しづみそ、だしこんぶ、ひじき、けずりぶし、ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) でんぶん、あぶら、サラダあぶら、さとう、いりこま(しろ)、ごはん
みどり	(おもにからだのちょうしきととのえる) にんじん、ピーマン、もやし、キャベツ、たまねぎ、あおねぎ、だいこんば

クイズ9 やさいは、いちにちなん一百グラム食べるといいといわれているでしょうか。  
① 200グラム ② 350グラム ③ 480グラム

今週は「食育週間」です。

### 一口メモ

○今日は、6年生が家庭科の調理実習で卵と野菜をいためました。フライパンひとつでできる調理なので、休みの日に自分で朝食づくりにチャレンジしてほしいです。



○1, 2年生は、なかよし畑に、なす、きゅうり、枝豆、さつまいもを植えました。明日からさっそく水やりのお仕事です。作物を育てるこの大変さや収穫の喜びを学んでほしいと思います。

いろいろもきれいに、おいしそうにできました。

○今日の給食は、学校給食献立コンクールの優秀賞作品をもとにした献立です。ごはんが食べやすいように考えた「まぜまぜふりかけ」です。

材料のひじきと  
だいこん葉、いり  
ごまです。



青ねぎ	徳島県	たまねぎ	佐賀県	ピーマン	熊本県
キャベツ	愛知県	にんじん	徳島県	だいこん葉(乾)	熊本県

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：②