

5月16日(火)

学校給食献立コンクール優秀賞作品

きょうのこんだて

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



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。

あか	(おもにからだをつくる) さけ、ぶたにく、とうふ、あかみそ、しろみそ、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、いりごま(しろ)、ごはん
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) 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、一日何グラム食べるといいといわれているのでしょうか。

- 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。作物を育てること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