

5月17日(水)

さんどまめ
三度豆1竿に3度とれるので、
三度豆とよばれています。さんどまめ ちやうし はたか
三度豆は体の調子をととのえる働きをするムシロ さいも
緑のグループの食べ物です。

- ・ はだを丈夫にする ビタミンC
 - ・ かぜを予防する カロテン
 - ・ おなかの調子をよくする 食物せんい
- が、たっぷり含まれています。



きょうのこんだて

けいにくのバジルやき
ケチャップに
さんどまめのソテー
おがたコッペパン
(マーメイド)
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) けいにく、ぶたにく、ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) オリーブあぶら、さとう、 じゃがいも、サラダあぶら、 おがたコッペパン、 (マーメイド)
みどり	(おもにからだのちやうしをととのえる) たまねぎ、にんじん、 むきえだまめ、さんどまめ

クイズ10 きゅうしよくのパンの種類は、何種類あるでしょうか。
① 6種類 ② 7種類 ③ 8種類

一口メモ

○バジルは、イタリア料理でよく使われている香草です。
今日の給食は、鶏肉に料理用ワイン(白)、バジル、
塩、こしょう(粗挽)、オリーブ油で下味をつけて、焼き
物機で230℃、15分間焼きました。

○今日から1、2年生がなかよし畑に昨日植えた野菜の
水やりを行います。無事、収穫できるといいですね。

○今日は3、4年生が(株)飛鳥の方からいただいた
なにわの伝統野菜である「玉造黒門越瓜」と「毛馬
きゅう」の苗を植えます。収穫できた越瓜を(株)飛鳥
の方々に奈良漬にさせていただきます。こちらも成長を
楽しみにしていきたいです。



鶏肉の下味に使
った調味料



昨日の2年生の様子



4年生



3年生



たまつくりくろもんしろり
玉造黒門越瓜

毛馬
きゅうり

じゃがいも	熊本県	にんじん	徳島県	三度豆	鹿児島県
たまねぎ	佐賀県	むき枝豆(冷)	台湾	鶏肉	岡山県

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