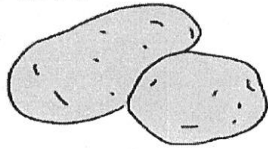


5月29日(月)

じゃがいも

じゃがいもが1番たくさん作られているのは北海道です。
 全国でとれる約4/5の量が作られています。
 次に、長崎県、鹿児島県で作られています。
 北海道では春にタネいもを植えて、
 秋冬に収穫します。九州では冬に
 植えて、春夏に収穫します。



きょうのこんだて

じゃがいものミートグラタン
 スープに
 きゅうりのバジルふうみサラダ
 しょくパン
 (いちごジャム)
 ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうひきにく、ぶたひきにく、 ふんまつチーズ、けいにく、 ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) じゃがいも、サラダあぶら、 ごむぎこ、パンこ、さとう、 しょくパン、(いちごジャム)
みどり	(おもにからだのちようしをととのえる) たまねぎ、にんじん、にんにく、 グリーンピース、にんにく、 キャベツ、パセリ、しめじ、 きゅうり

クイズ18 グラタンは、どこの国の料理でしょうか。
 ① フランス ② イタリア ③ イギリス

今週は、「歯と口の健康強調週間」と「生活振り返り週間」です。健康についてしっかり意識する1週間です。

一口メモ

○今日のきゅうりのバジル風味サラダは、サラダのバリエーションを広げるために考えた献立です。手作りドレッシングにバジルを入れてバジルの風味がさわやかな一品です。



○「歯と口の健康強調週間」の1日目のかむかむメニュー

ーは「きゅうりのバジル風味サラダ」です。担任の先生の指示に従って、一口30回よくかんで食べましょう。食後は、「歯みがきサンバ」に合わせて、しっかり歯磨きをしましょう。

○よくかむことの効用はいろいろあります。今日から給食時間に行う放送をしっかりと聞きましょう。



今週の生活目標も「ていねいに歯をみがこう」です。

ひみこのはがいーぜ



昔とは違って、今は加工食品が多いので、かむ回数が減ってきています。意識してかまひましよう。



じゃがいも	鹿児島県	たまねぎ	佐賀県	きゅうり	高知県
キャベツ	兵庫県	にんじん	徳島県	パセリ	香川県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ、いちごジャム □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え: ①