

# 5月31日(水) ミネストローネ

きょうのこんだて  
ひとくちトンカツ  
ミネストローネ  
アーモンドフィッシュ  
ライむぎパン  
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) ぶたにく、けいにく、 アーモンドフィッシュ、 ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) こむぎこ、パンこ、あぶら、 オリーブあぶら、さとう、 ライむぎパン
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) キャベツ、たまねぎ、トマト、 にんじん、にんにく、パセリ

イタリア語で  
「具だくさん」という  
意味です。



イタリアの野菜スープです。  
豚のばら肉や、米やパスタ、豆などを野菜といっしょに煮こみます。  
今日の給食では、鶏肉とキャベツ、たまねぎ、トマトなどの野菜が使われています。

クイズ20 給食でやるイタリア料理は、つぎのうちどれでしょうか。  
① リゾット ② ラザニア ③ スパゲッティ

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

○「歯と口の健康強調週間」の3日目のかむかむメニューは「一口トンカツ」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。



今週的生活目標「ていねいに歯をみがこう」なので、やってみましょう。

○今日の給食の一口トンカツは、豚肉に料理用ワイン(白)、塩、オールスパイスで下味をつけた後、給食室で衣とパン粉をまぶして油であげました。手作りの一口トンカツです。  
ミネストローネは、イタリア語で具だくさんという意味です。今日は、キャベツ、たまねぎ、にんじん、生のトマトなどが入っています。



豚肉に衣とパン粉をつけているところです。衛生面から、手袋をはめています。また、エプロンは、肉用のものをつけて作業しています。



ミネストローネに使用した生のトマトです。

キャベツ	兵庫県	トマト	愛知県	にんにく	青森県
たまねぎ	佐賀県	にんじん	長崎県	パセリ	香川県

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: ③