

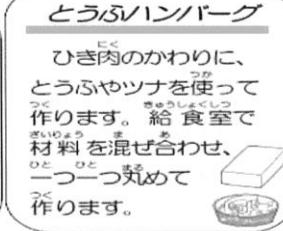
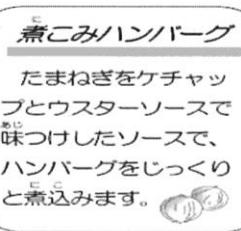
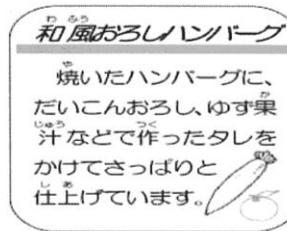
10月19日(木)

いろいろあります

ハンバーグ



給食では、いろいろなハンバーグが登場します。



あ	(おもにからだをつくる) ハンバーグ、とうふ、あずき わかめ、あかみそ、しろみそ けすりひし、たしこんぶ きゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) さとう、ごはん
み ど り	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ、だいこんおろし、 はくさい、にんじん、かぼちゃ ゆず(かじゅう)

クイズ13 ハンバーグは、もともとどこの国料理だったでしょうか。

- ① アメリカ ② スペイン ③ ドイツ

今週は、「食育週間」です。
食について考えましょう。

一口メモ

○今日の給食には「いとこ煮」が出ます。いとこ煮は、あずきと
かぼちゃを甘からく煮た料理です。

給食では、乾燥した大納言あずきをひたる程度の水を加えて煮て、
あくが出たらゆで汁を捨てて、更に湯を加えて弱火でやわらかくなる
まで煮ます。やわらかくなったあずきを味付けしたかぼちゃに加えて
煮ます。

○昨日のかつおぶしの出汁の授業で教えていた

だいたいですが、かつおぶしは、世界一固い
食品としてギネスブックにも登録されているそう



です。ちなみに固い食品2位は、中国の干しあわびで、3位はヨーロッパの干し肉です。

かつお1尾から4本のかつお節がとれるそうです。

和食に欠かせない出汁ですが、今では、ヨーロッパなどでも使われて
いるそうです。かつお以外の魚から作る節も見せていただきました。



はくさい	長野県	たまねぎ	北海道	あずき(大納言)	北海道
かぼちゃ	北海道	にんじん	北海道	だいこんおろし(冷)	青森県

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