

11月9日 (木)

じゅん ひ あと きょう りょく
準備や後かたづけを協力しようきゅうしょくとうばん おも せきにん かつどう
給食当番は、思いやりと責任をもって活動します。ぜんいん きょうりょく あんせん おこな たいせつ
クラス全員で協力して、安全に行なうことが大切です。

きょうのこんだて

かつおのガーリックマヨネーズやき
スープ
キャベツとさんどまめのサラダ
レーズンパン
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) かつお、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) マヨネーズ、さとう サラダあぶら レーズンパン
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) ににく、たまねぎ カリフラワー、にんじん コーン、パセリ キャベツ、さんどまめ

クイズ6 かつおは、春と秋が旬の魚です。
秋が旬のかつおの別名は、つぎのうち、どちらでしょう。
① 初がつお ② 戻りがつお

一口メモ

○今日は「かつおのガーリックマヨネーズ焼き」です。

かつおの旬は、春と秋の2回あります。



かつおは、春に黒潮にのって日本に
きます。その後、8月ごろに北海道まで
北上して、9月になると親潮が強まって
きて、Uターンを始めます。Uターンを
始めた時期が2回目のかつおの旬に
なります。春のかつおを「初がつお」、

秋のかつおを「戻りがつお」といいます。戻りがつおの方が、初
がつおより脂がのっています。

○スープには、秋から冬に旬をむかえる野菜として、カリフラワー

を使用しています。花のつぼみの部分を食べる野菜です。

カリフラワーの色が白いのは、つぼみの部分に

太陽が当たらないように、
大きな外葉を内側におりこ
んで育てているからです。



キャベツ	茨城県	にんじん	北海道	カリフラワー	徳島県
たまねぎ	愛媛県	パセリ	長野県	にんにく	青森県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳カップ□今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：②