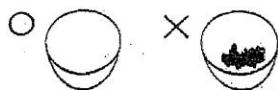


11月分の給食【11/1(金)~11/29(金)】

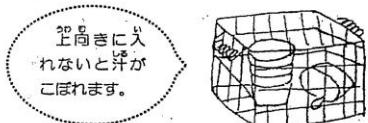
12月2日(月)

しょつ き かえ とき ちゅう い
食器を返す時の注意

◎食器の中に食べ物やジャムなどのふくろが残らないようにしましょう。



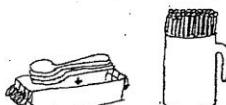
◎食器は、たおれないように食器かごの中へ上向きに入れましょう。



◎同じ種類の食器をていねいに重ねましょう。



◎スプーンやおはしは、向きをそろえて入れましょう。



きょうのこんだて

まぐろのしょうゆバターやき

みそしる

はくさいとほうれんそうのにびたし

ごはん

ぎゅうにゅう

あ (おもにからだをつくる)

か ぎゅうにゅう・まぐろ・とうふ・
あかみそ・しろみそ・だしこんぶ・
けずりぶし・うすあげ

き (おもにねつやちからのもとになる)
ごはん・バター・さとう

み (おもにからだのちようしをととのえる)
ど たまねぎ・だいこん・にんじん・
り あおねぎ・はくさい・ほうれんそう・
えのきたけ

クイズ1 給食に使われているまぐろは、次のうちどれでしょう？

①びんながまぐろ

②めばちまぐろ

③きはだまぐろ

一口メモ

○今週は、「歯と口の健康強調週間」です。給食時間、健康委員会の人が教室を訪問します。

今日のかむかむメニューは「まぐろ」です。しっかり30回かみましょう。そして、食べた後は、「歯みがきサンバ」に合わせて、ていねいに歯をみがきましょう。

○給食カレンダーの「食器を返す時の注意」は守っていますか？時折、食器を返す時に、食器かごに投げ入れている人を見かけます。たぶん、無意識なんだと思います。でも、上福の子どもたち全員の持ち物です。いつも意識して、大事に扱う習慣を身に付けてください。

○大阪市でも、「地産地消」の取組みが行われています。今年は、淀川区・城東区・此花区・住之江区・生野区で、今日の「みそ汁」と「はくさいとほうれん草の煮びたし」に「田辺大根」を使用しています。東住吉区産で、なにわの伝統野菜である「田辺大根」の故郷です。

○今朝の上福なかよし畠の3・4年生の「田辺大根」と「天王寺蕪」です。このように、土から顔を出しているのは、十分成長した証です。そろそろですね。



産地調べ さて問題！どちらが「田辺大根」？「天王寺蕪」？答えは明日です。

| | | | | | |
|------|-----|------|-----|-------|------|
| たまねぎ | 北海道 | にんじん | 鳥取県 | はくさい | 鹿児島県 |
| だいこん | 青森県 | 青ねぎ | 徳島県 | ほうれん草 | 徳島県 |

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