

12月分の給食【12/2(月)～12/24(火)】

12月3日(火)

きょうのこんだて

ブロッコリー

いつが
おいしい?



- 一年中食べることができます、秋から冬がおいしいと言われています。
- ブロッコリーは花のつぼみを食べる野菜です。
- つぼみが開いて花が咲くと、おいしくなります。

きょうのこんだて

ふゅやさいのかレーライス

ブロッコリーのサラダ

みかん

ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・ぎゅうにく
き	(おもにねつやちからのもとになる)
ごはん・サラダあぶら・さとう	
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	たまねぎ・だいこん・れんこん・
り	にんじん・グリンピース・しょうが・にんにく・ブロッコリー・みかん

先週金曜日、6年生が「みかん狩り」をしました。今週は、残りを少しづつ全校で味わいます。お楽しみに!

クイズ2 にんじんは色のこい野菜ですが、今日の献立に使われている野菜で、同じなかまはどれでしょう?

①たまねぎ

②れんこん

③ブロッコリー

一口メモ

○「歯と口の健康強調週間」の2日目です。今日のかむかむメニューは「冬野菜のカレーライス」です。かみごたえのある「れんこん」が入っていますよ。

○昨日、健康委員会の人の合図で、「まぐろ」を30回かんでいるところです。30回かんだ後、感想を聞きました。1年生は、「まだのみこめなかった」とか「だんだんおいしくなってきた」と言っていました。「まぐろ」は、なかなかかみごたえのある食品だったようです。

○さて、どちらが「田辺大根」「天王寺蕪」でしょう。



左が「天王寺蕪」です。



右が「田辺大根」です。

産地調べ



30回モグモグかんでいる1年生



生育の様子が、一見似ている「田辺大根」と「天王寺蕪」ですが、歯の形状が違いますね。だいこんは、太陽がしっかりと当たるように、葉を四方八方に広げているのが特徴です。

だいこん	青森県	しょうが	高知県	ブロッコリー	愛知県
れんこん	徳島県	にんにく	青森県	みかん	佐賀県

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 11月29日の食育通信を見てください。