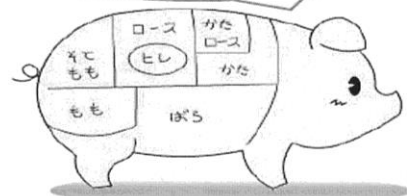


1月23日(火)

ぶたにく
豚肉

豚肉は、かた、ロース、ヒレ、
ばら、ももに分けられます。



豚肉は部位によって豚汁、
トンカツの他、煮ものや炒
めものなど、さまざまな料
理に使われます。

また、ハムやベーコン、
ソーセージなどの加工品に
もなります。

きょうのこんだて

すぶた
ちゅうかスープ
やきのり
ごはん
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、やきのり ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) でんぶん、あぶら(なたね) サラダあぶら、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、にんじん、ピーマン はくさい、もやし、にら コーン(れいとう)、しいたけ しょうが

クイズ10 今日のちゅうかスープには、何種類の緑色のグループの食べ物が
使われているでしょうか。

① 2種類 ② 5種類 ③ 10種類

今週は「生活振り返り
週間」です。

一口メモ

○昨日は2年生に「朝ごはんについて考えよう」を
主題に食に関する指導を行いました。朝ごはん
の役割は、午前中に動いたり勉強したりするた
めのエネルギーを体にためるためで、一人一人
が元気になる朝ごはんを考え発表しました。

また、考えた朝ごはんは「赤、黄、みどりのたべ

ものをそろえました」とのことでした。朝ごはんには赤、黄、みどりのたべものをそろえることで
元気いっぱいの朝ごはんになることを確認しました。

* 赤・黄・みどりのたべもの・・・体内での主な働きを3つのグループに分類したもの

○6年生は家庭科の「お弁当のおかずを作ろう」で卵焼き、野菜いため、ゆでブロッコリーの
調理実習を行いました。家庭からお弁当箱を持参して、作ったおかずを入れました。初めて
挑戦する卵焼きもがんばって作ることができました。



おいしそう
に盛り付け
できました



はくさい	兵庫県	にんじん	愛知県	ピーマン	鹿児島県
たまねぎ	北海道	しょうが	高知県	にら	高知県

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：②