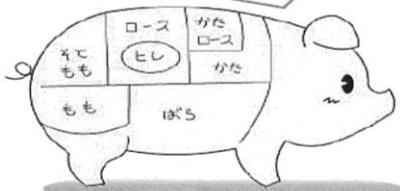


## 1月23日(火)

ふたにく  
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

すふた  
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) ふたにく、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に、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