

5月24日(木)

まめ
豆こんぶ

こうばしくいった大豆とこんぶが入っています。
カルシウム、鉄、そして食物せんいが多く含まれて
います。
しっかりかんで食べましょう。

きょうのこんだて

ひとくちトンカツ
ミネストローネ
まめこんぶ
しよくパン
アプリコットジャム
ぎゅうにゅう

き	(おもにエネルギーのもとになる) こむぎこ、パンこ あぶら(なたね)、オリーブあぶら さとう、しよくパン アプリコットジャム
あか	(おもにからだをつくる) ぶたにく、けいにく、まめこんぶ ぎゅうにゅう
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) キャベツ、たまねぎ トマト(かん) にんじん、にんにく、パセリ

クイズ16 給食では何種類のパンが登場するでしょうか。

① 5種類 ② 7種類 ③ 8種類

一口メモ

○まめこんぶは、こうばしくいった大豆と
こんぶが入っています。

1ふくろ(6グラム)に、カルシウムや鉄、
食物せんいがたくさん入っています。
成長にひつような栄養素がとれるとともに、
よくかんで食べることができる食品です。

○今日の主菜は「ひとくちトンカツ」です。今日のトンカツは、



給食室で衣とパン粉をつけて、
油であげる手作りのトンカツです。

ぶたにくに衣とパン粉
をつけています。

トンカツをあげ
るフライヤー



今週は、「食育週間」です。
食について考えましょう。

よくかんで
食べましょう。

まめこんぶ

○ミネストローネは、おもにトマトを使ったイタリアのやさしい
スープです。今日の給食では、キャベツ、たまねぎ、にんじん、
トマト(缶)、パセリを使っています。やさしいは、85グラムとれる
こんだてです。



【おまけクイズ】 ミネストローネは、イタリア語ではどんな意味をあらわすことばでしょうか。

① やさいスープ ② 赤い ③ 具たくさん

キャベツ	愛知県	にんじん	徳島県	にんにく	青森県
たまねぎ	佐賀県	パセリ	香川県	トマト(缶)	イタリア

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：② おまけクイズの答え：③