

# 6月6日 (水)

## クインシーメロン



クインシーメロンは、甘くてやわらかく、食べやすいメロンです。オレンジ色をしているのが特徴で、「カロテン」を多く含んでいます。

## きょうのこんだて

カレードリア  
スープ  
クインシーメロン  
おさつパン  
ぎゅうにゅう

き	(おもにエネルギーのもとになる) せいはくまい、サラダあぶら クリーム、パンこ じやがいも、おさつパン
あか	(おもにからだをつくる) けいにく、ふんまつチーズ ぶたにく、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) たまねぎ、グリンピース キャベツ、にんじん、パセリ クインシーメロン

クイズ4 糀を使った料理のドリアは、どこで考えられた料理でしょうか。  
① 日本 ② フランス ③ イタリア

## 一口メモ

○今日のデザートに「クインシーメロン」がついています。

クインシーメロンは、あみ目のあるネットメロンです。

クインシーメロンは、果肉がオレンジ色で、まろやかなあまみとなめらかなしたざわりが楽しめます。

クインシーメロンには、カロテンが多くふくまれています。

クインシーメロンの名前は、オレンジ色の果肉で女王をあらわす「クイーン」とカロテンが多くふくまれていて「ヘルシー」を組み合わせた名前です。

○昨日、6年生が「フライパンを使って朝食のおかずを作ろう」で野菜いためとスクランブルエッグを作りました。



ねこの手で野菜をおさえて、上手に切ってきました。



野菜いためとスクランブルエッグを同時に調理しています。スクランブルエッグは、すぐにできました。



6年生のみなさんは、これで朝食の用意もできそうですね。時間に余裕のあるときに家族の方に作ってみましょう。

じゃがいも	熊本県	にんじん	徳島県	パセリ	香川県
たまねぎ	佐賀県	キャベツ	長崎県	クインシーメロン	茨城県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①