

# きょう きゅうしょくひとくち 6/17(水) 今日の給食一口メモ

きょう  
今日のひとくちメモは、「みそ」についてです。

わたし しょくじ にほん だいひょうてき ちょうみりょう はたけ にく  
みそは私たちの食事になくてはならない日本の代表的な調味料です。みそは、畑の肉  
だいず きん しょう くわ はっこう つく つか しゅるい  
といわれる大豆にこうじ菌と塩を加えて、発酵させて作ります。使うこうじの種類によって、  
こめ むぎ まめ しゅるい はっこう だいず  
米みそ、麦みそ、豆みそなどいろいろな種類のみそができます。発酵をすると大豆よりアミ  
さん しつ たんすいかぶつ しょくもつせんい  
ノ酸やビタミンなどがふえます。また、たんぱく質、炭水化物、ミネラル、ビタミン、食物繊維  
えいようそ ふく いまにしょう しょう がっこう ちか  
などたくさんの栄養素が含まれています。今二小で使用しているみそは学校の近くにある  
じもと みせ つか あじ た  
地元のお店のみそを使っています。味わって食べてくださいね。



# きょう きゅうしょくひとくち 6/18(木) 今日の給食一口メモ

きょう  
今日のひとくちメモは、「今月の地産地消食材 きゅうり」についてです。

きょう ちさんちしょうこんだて ひ こんげつ しょくざい  
今日は地産地消献立の日です。今月の食材は「きゅうり」です。

みなさんはもう、給食のワゴンを取りに行く、配膳室の地産地消ポスターをチェック  
きゅうしょく と い はいぜんしつ ちさんちしょう  
しましたか？きゅうりについて紹介されています。それではポスターからクイズです。  
しょうかい

こんかい  
今回インタビューをされているきゅうり農家の「山川さん」は、朝何時に起きている

でしょうか？ ①3時 ②5時 ③7時

せいかい じ じ お じ さぎょう かいし  
…正解は①3時です。3時に起きて、4時には作業を開始するそうです。

ねむ よなか お さぎょう  
みなさんがぐっすり眠っている夜中にはもう起きて作業をしているそうです。

て まひま きゅうしょく かてい しょくたく  
そんな手間暇をかけてみなさんの給食や家庭の食卓に  
なら かんしゃ ころ た  
並びます。感謝の心で食べましょう。

ほか まめちしき の  
その他にもきゅうりについての豆知識がたくさん載って  
ぜ ひ はいぜんしつまえ かくにん  
ます。是非配膳室前のポスターを確認してみてくださいね。

