

きょう きゅうしょくひとくち 7/8(水) 今日の給食一口メモ

きょう
今日のひとくちメモは、「わかめぱっぱ」についてです。

きょう
今日はふりかけがついています。みなさんは「まごわやさしい」という言葉を知っていますか？
しよくじ と い た もの あたま もじ なら ことば
食事に取り入れてほしい食べ物の頭の文字をとって並べた言葉です。

「ま」は「まめ」、「ご」は「ごま」、「わ」は「わかめ」、「や」は「やさい」、「さ」は「さかな」、「し」は「しいたけ」、「い」は「いも」の7つの食材です。

きょう
今日のふりかけには、「ごま、わかめ、さかな、やさい」、
ちい ふくろ なか ことば なか しよくざい
小さい袋の中に、この言葉の中から4つも食材が入っています。栄養満点ですね。
はい えいようまんてん
ごはんにかけて食べてください。



きょうの
もりつけ



きょう きゅうしょくひとくち 7/9(木) 今日の給食一口メモ

きょう
今日のひとくちメモは、「なまあげ」についてです。

なまあげとは、あつあげともよばれ、豆腐を厚めに切って油で揚げた食べ物です。
あぶら あ ちが うちがわ とうふ じょうたい たも そとがわ いろ
油揚げとは違い、内側が豆腐の状態を保つように、外側がきつね色になったらすぐに
と だ あ じかん おんど ちようせい
取り出し、揚げる時間や温度も調整しています。

みなさんは豆腐は何からできているか知っていますか？

…正解は、「だいず」ですね。そんな豆腐からできた生揚げも、
せいかい とうふ なまあ
大豆からできています。「赤のグループの食べ物」
だいず あか た もの
「おもに体をつくる働き」をしてくれる食べ物です。
からだ はたら た もの
しっかり食べて、午後も元気に過ごしましょう。



きょうの
もりつけ

