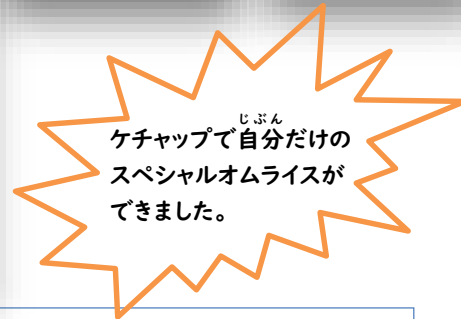


きゅうしよく  
2月20日(月)の給食

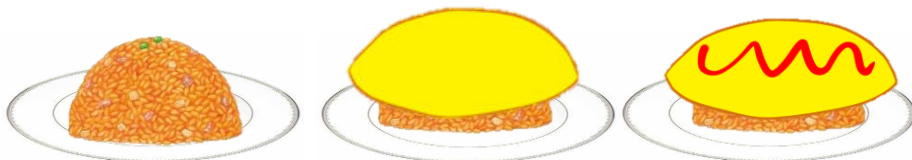


きょう  
今日はオムライスです。

ケチャップご飯を皿に盛りたまごを上へのせます。

そして一人一人ケチャップをかけてください。

どんなオムライスになるか楽しみです。



きゅうしよく  
2月21日(火)の給食



きゅうしよく か やさい ひと  
給食に欠かせない野菜の一つに「にんじん」があります。

にんじんはカロテンという栄養がたくさんはっています。

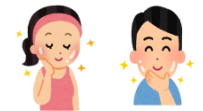
にんじんのオレンジ色はカロテンの色です。

カロテンはからだの中でビタミン A にかわり、かぜにかかり

にくしたり、お肌をスベスベにする働きがあります。

きょう  
今日はそのにんじんを使ったスープです。

しっかり食べて元気に!綺麗に!なりましょう。



きゅうしよく  
2月22日(水)の給食



豆腐は、日本人がよく食べる食べ物ですが、日本で生まれたものではありません。今から2000年くらいまえに中国で作られて奈良時代に日本にきました。消化もよくいろいろな料理に合います。

今日はマーボー豆腐にしました。

しっかりたんぱく質がとれます。

ご飯にも合うので残さず食べましょう。



きゅうしよく  
2月24日(金)の給食



今日はみなさんの好きなカレーについてクイズです。  
カレーに使われている「カレー粉」はどこの国の人が考えて生まれたものでしょう。

- ①インド      ②イギリス      ③アメリカ



答えは②のイギリスです。

カレーはもともとインドの家でスパイスを混ぜて作られていましたがイギリス人がインドで使われていたスパイスを混ぜ合わせて「カレー粉」を作りました。そのカレー粉が明治時代にイギリス人により日本に伝わりました。