

きゅうしよく  
7月18日(火) の給食



高等部の農耕で育てた  
じゃがいもを入れて作り  
ました。

きゅうしよく  
7月19日(水) の給食



きょう きゅうしよくしつ つく  
今日は、給食室でゴマビスキュインパンを作りました。  
あま きじ なか い  
甘いクッキー生地の中にゴマをたっぷりと入れました。  
こつぶ てつぶん せいちょうき ひつよう えいよう  
ゴマは小粒ですが、カルシウムや鉄分など成長期に必要な栄養  
がぎっしりと詰まっています。ゴマの栄養を摂るためにゴマをしっ  
かりとかみつぶすことが大事です。



きゅうしよくしつ  
給食室で、パンにクッキー生地を塗って焼いているところです。

きょう  
今日は、にらたまスープです。  
にらはカロテン、ビタミン A・C、カルシウムや鉄分など  
のミネラルがたくさん含まれています。  
また、にら独特のにおい成分アリシンがビタミン B1 と結  
びついて吸収され疲労回復効果があります。  
おおいたけん にしにほんだいひょう さんち  
大分県は西日本代表するニラの産地です。

おおいたし うすきし さいきし ゆふし ひじまち  
大分市、臼杵市、佐伯市、由布市、日出町などで  
せいさん  
生産されています。



きゅうしょく  
7月20日(木)の給食



きゅうしょく  
7月21日(金)の給食



きょうは、季節の野菜「冬瓜」を使った献立です。冬瓜は、スイカと同じ「ウリ科」の植物で、夏に収穫したものが冬まで保存できることから「冬瓜」と呼ばれています。ラグビーボールのような形をしていて、緑色の皮をむいて使います。今日は、カレー味のスープにしました。



ラタトゥイユは、フランス南部プロバンス地方の郷土料理です。たっぷりの夏野菜を煮込んで作ります。冷めても美味しい一品です。

きゅうしょく  
給食クイズ

ズッキーニの仲間はどれでしょう。

①きゅうり

②かぼちゃ

③なす



こたえ：かぼちゃ・・・見かけは、きゅうりに似ていますが、かぼちゃの仲間です。

