



1月24日～30日は、ぜんこくがっこうきゅうしよくしゅうかん全国学校給食週間です。

きゅうしよくいんかい給食委員会が、か1/22(火)のじどうしゅうかい児童集会で、  
にほんしよく『日本食のひみつ』についてはっぴょう発表しました！！

○だと思おもう人は手てを挙あげてください。



へえ～給食きゅうしよくでは、貝塚かいづかのみつばを  
使つかっているんだあ～。



○×クイズ

Q1

「給食きゅうしよくで使つかっているみつばは、貝塚かいづかでとれたものである。  
○か×か？」

Q2

「日本酒にほんしよくは、米こめから作つくられる。○か×か？」

Q3

「ふだん食ふだんべている米こめは、もち米もちこめである。○か×か？」

こたえ

Q.1 給食きゅうしよくでは、貝塚かいづかでとれる食しよく材ざいを使つかいます。

みつば以外いがいに、お米こめ・干ほしいたけ・みかんなどがあります。

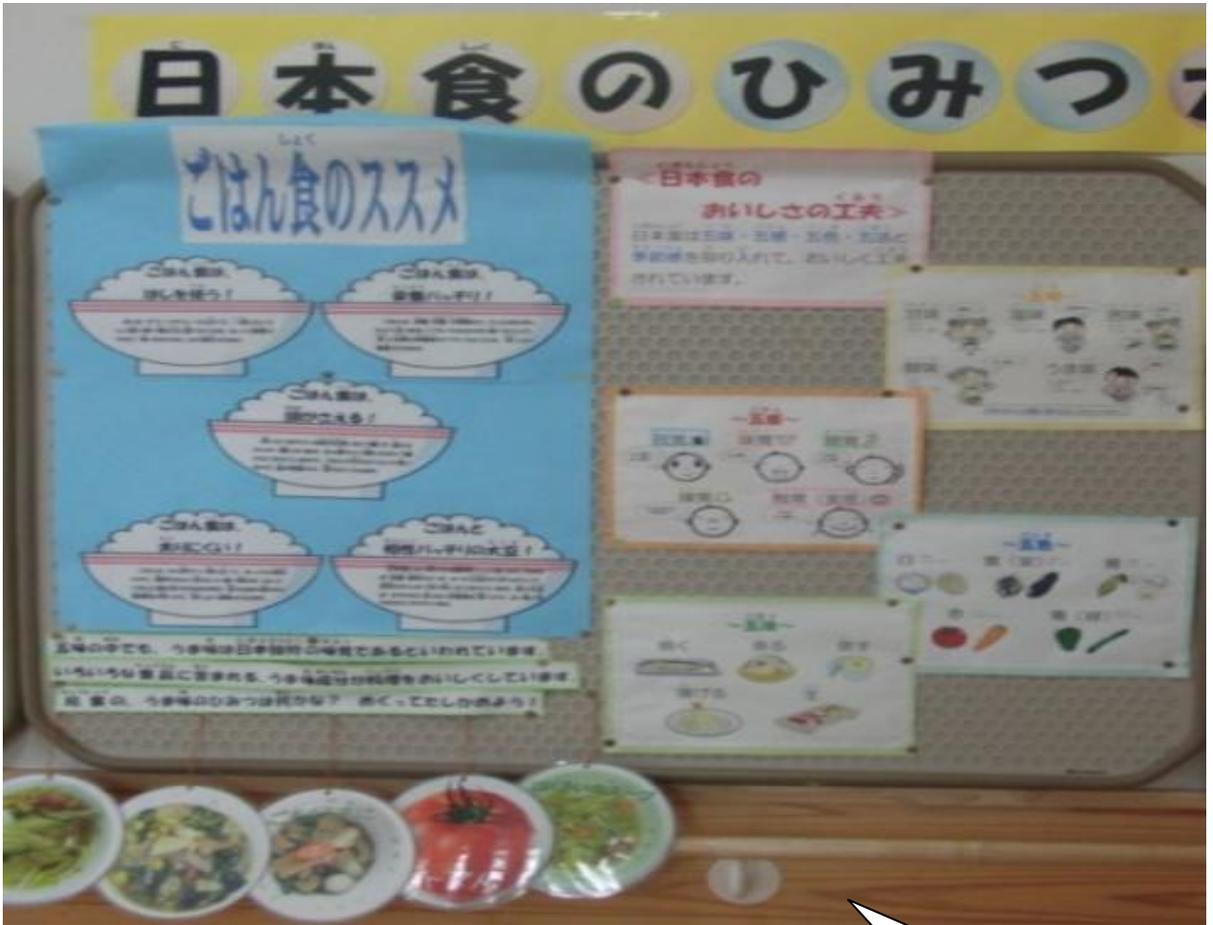
Q.2 日本酒にほんしよくは、蒸こめしたお米こめと米こめ麴こうじで仕込しこみ、発酵はっこうしたもろみをしぼって作つくられます。

給食きゅうしよくでは、このしぼった後あとに残のこる『酒さけかす』を利り用ようした「かす汁じる」が登とう場じょうします。

Q.3 ふだん食ふだんべている米こめは、うるち米こめといっまいて、ねばりけの少すくない米こめです。

もち米こめは、ねばりけがあお多く、もちをつくるときにつかいます。

きゅうしょくしつ たいくかんまえ けいじばん にほんしょく しょうかい  
 給食室・体育館前の掲示板では、『日本食のひみつ』について紹介されました！



ごはん食のよさ・  
 おいしさの工夫・  
 一汁三菜などが  
 紹介されています。

**副菜**  
 主に野菜や豆・海そうなどを使ったおかず。体の調子をよくする。ビタミン・カルシウム・食物せんいが多い。

**主食**  
 ごはんは活動のエネルギー源になる。炭水化物が多い。

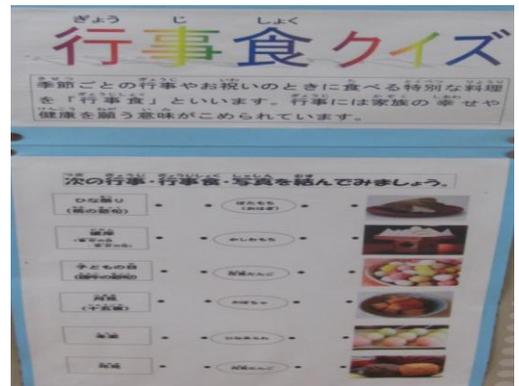
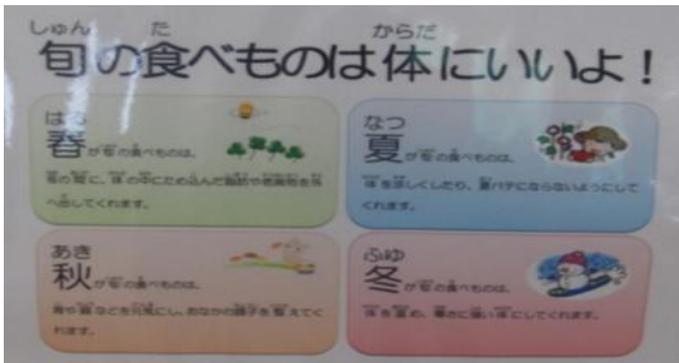


**主菜**  
 主に魚や肉を使ったおかず。体を作るもとになる。たんぱく質が多い。

**汁もの**  
 日本食といえば「ごはんのみそ汁」。ごはんと相性抜群のみそは大豆製品の一つです。



旬の食べ物と行事食について紹介されました。



クイズコーナー！！  
めくってこたえを  
たしかめよう！！



ふだん食べている米は？

1. いたち米
2. うるち米
3. うるとら米

「米」という字は「八十八」を表しているといわれます。その理由は？

1. 実るまでに88日かかる
2. 1本の稲に88粒実る
3. 実るまでに88回手間をかける

米を洗うときに出る汁を何という？

1. とぎ汁
2. どん汁
3. だし汁



田んぼは何をふせいでくれる？

1. 水害(大雨)
2. 強風(強い風)
3. 地震



米にたっぷり含まれている「炭水化物」は、体の中でどんなはたらきをしてくれる？

1. 体温やエネルギーになる
2. 血や筋肉になる
3. 食べるのが早くなる

