

阪南市教育委員会 阪南市学校給食会



21日(金)
泉州水なす入り
夏野菜カレー

泉州水なすは、適度な気温と湿気と浜風の恵まれた気候によってつくられた泉州地方でしか育たないといわれている高級野菜です。他のなすに比べて丸みのある形で、肉質が柔らかく甘みがあり、水分が多いのが特徴です。

[illegible]

さんぽで名		14日	金
ぎゆうにゆう			
さはん			
さわにわん			
さばのおやき			
はちみつレモンゼリー			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	67.4	
ご飯	80		
・沢煮椀			
豚肉	12		
大根	18		
人参	12	たんぱく質	
ささがきごぼう	10		
青ねぎ	5		
淡口しょうゆ	6		
みりん	0.6		
削り節	3		
・さばの塩焼き	1個	29.3	
サバ切身	60		
塩	0.3		
菜種油	0.5		
・はちみつレモンゼリー	1個		
はちみつレモンゼリー	40		
		脂質	
		21	

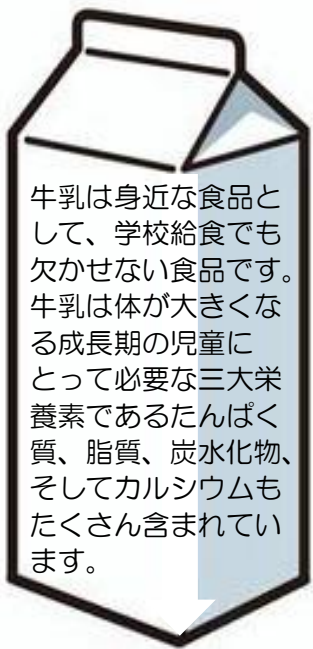
献立表

[illegible][illegible][illegible][illegible][illegible][illegible][illegible][illegible]

さんだて名		27日	木
きゅうにゅう			
ハイジのしろパン			
オニオンスープ			
かぼちゃコロッケ			
アセロラゼリー			
			
食品名	分量(g)	エネルギー	
牛乳	206	600	
パン	55		
・オニオンスープ			
鶏肉	18		
玉ねぎ	48		
人参	12	たんぱく質	
オニオンソテー	24		
白ワイン	0.3		
鶏がらスープ	2.4		
塩	1		
こしょう	0.05		
菜種油	1	20.9	
・かぼちゃコロッケ	1個		
かぼちゃコロッケ	50		
菜種油	3		
・アセロラゼリー	1個		
アセロラゼリー	40		
		脂質	
		19.9	

[illegible]

6月1日は国連食糧農業機関が定める『世界牛乳の日』です。日本では6月1日を『牛乳の日』、6月を『牛乳月間』と定めています。牛乳や乳製品の良さを見直すとともに、酪農や乳業に関して理解を深める機会にしましょう🐮



牛乳クイズ

- 1、牛1頭が1日に出す乳の量はどのくらい？

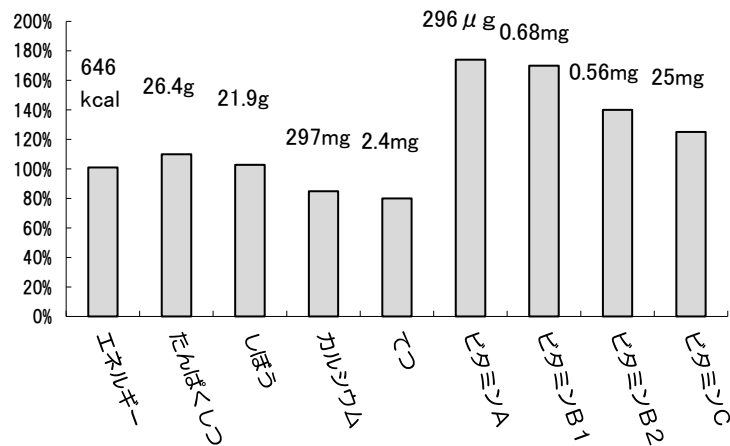
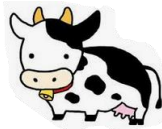
- ア・2~3リットル
イ・10リットル
ウ・20~30リットル

- 2、牛乳からできているものはなんでしょう？

- ア・マーガリン
イ・バター
ウ・マヨネーズ

- 3、日本人が牛乳を飲むようになったのはいつ頃から？

- ア・飛鳥時代
イ・平安時代
ウ・戦国時代



一口30回以上、しっかりかんで食べましょう。

お家からスプーンを持って来ましょう。

*クイズの答えは表のページに載せています。