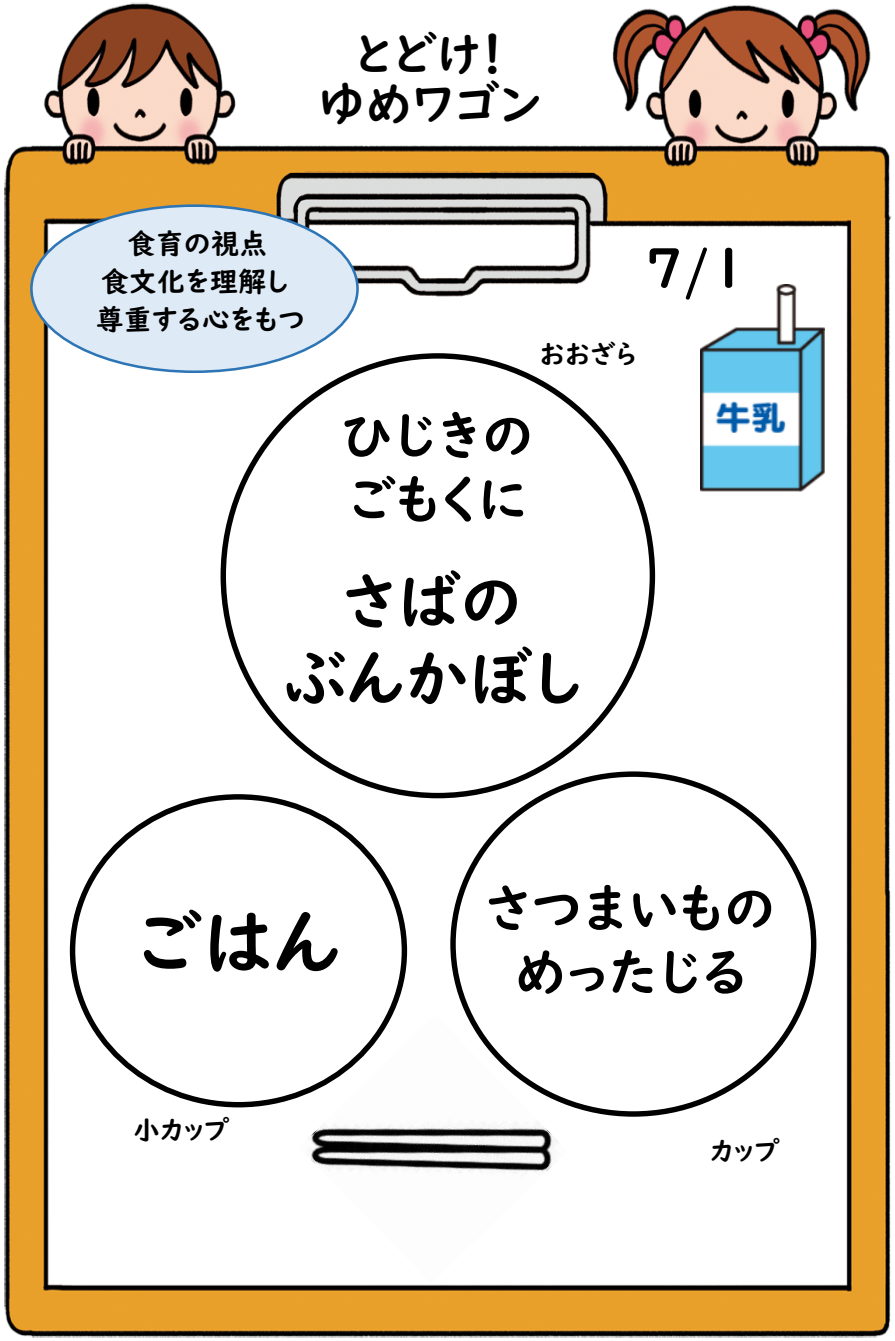
JINSHO × SCHOOL LUNCH

6/7/1～



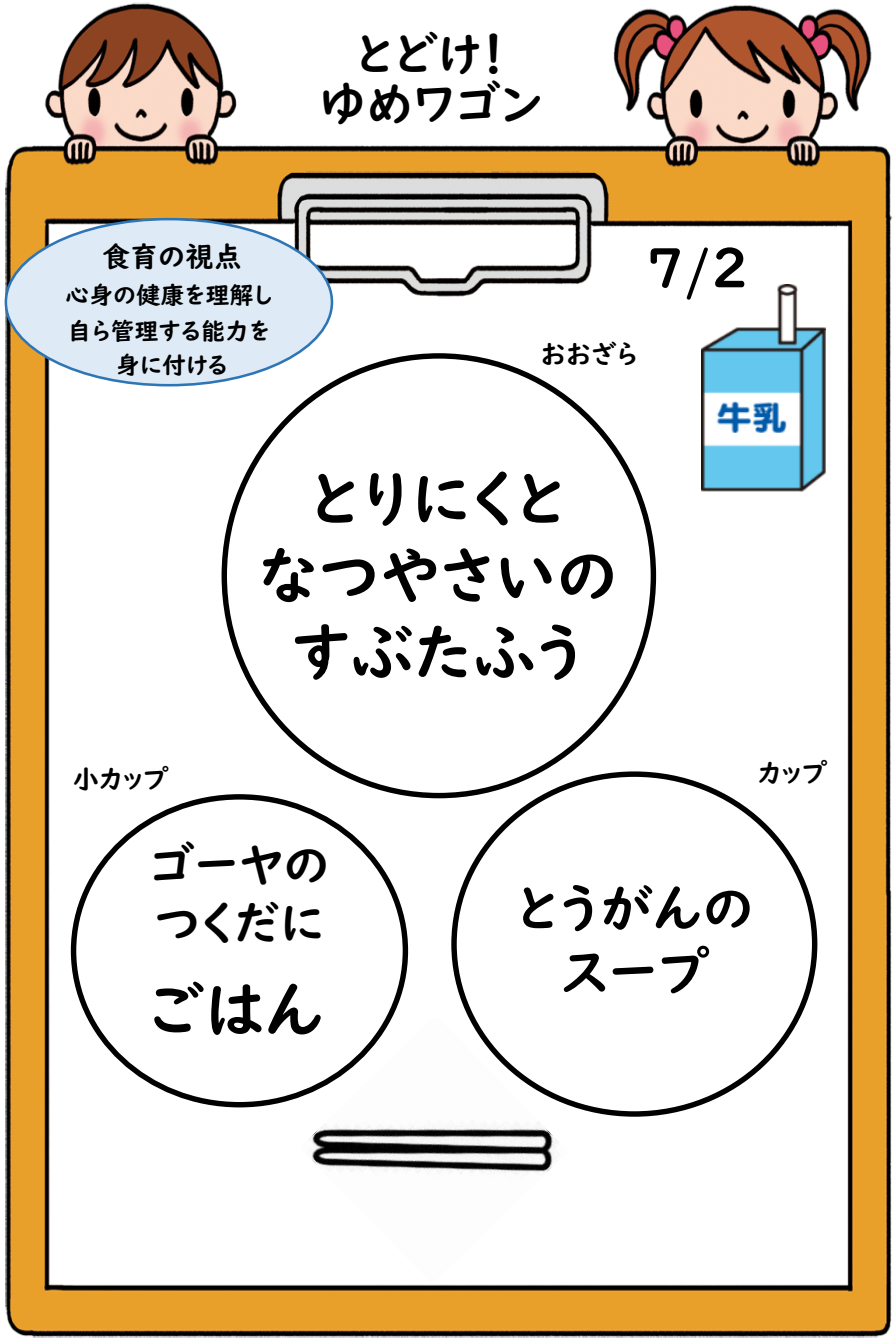
「読(よ)めるかな？半夏生(はんげしょう)」

今日(きょう)は「半夏生」という日(ひ)です。
さて何(なん)と読(よ)むでしょうか？

①はんなせい

②はんかう

③はんげしょう



「ゴーヤの佃煮（つくだに）」

今日（きょう）のゴーヤの佃煮（つくだに）は、
ゴーヤが苦手（にがて）な人（ひと）でも食（た）べ
やすい味付（あじつ）けにしてあります。
ぜひ、一口（ひとくち）食（た）べてみてください。

JINSHO × SCHOOL LUNCH

”苦くない”

【ゴーヤーの佃煮】

ゴーヤーを佃煮にしたもの。ゴーヤーの中の白いわたを丁寧に取り除くことで苦みを抑えることができる。
ゴーヤーが苦手な人に、是非挑戦してもらいたい。

◆ 材料（５人分）

ゴーヤー・・５０g	酢・・・・・・・・・適量
砂糖・・・・・5g	中ざら糖(砂糖)・・・１０g
醤油・・・・・5g	薄口醤油・・・・・・5g
おかか・・・・9g	白ごま・・・・・・・3g

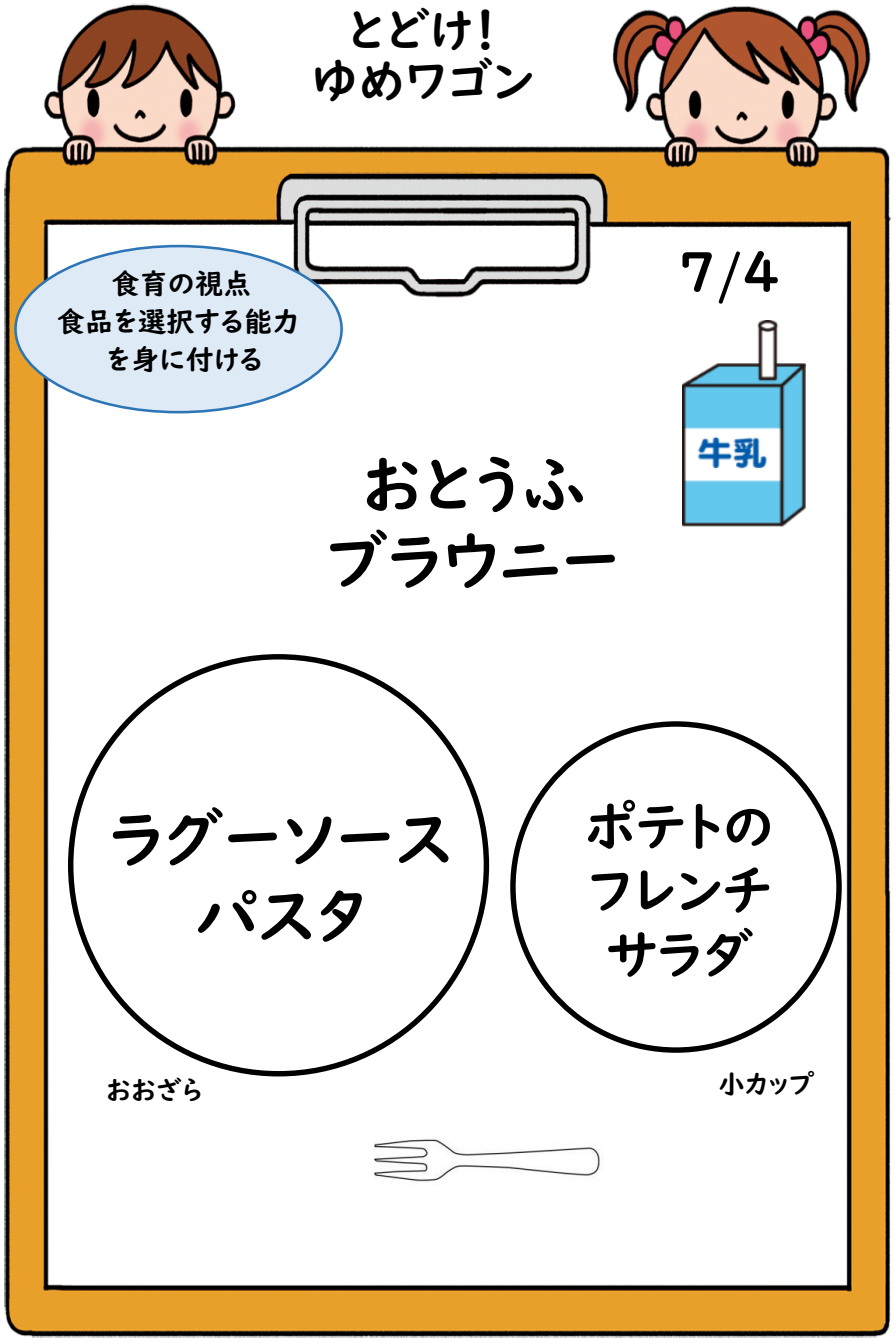
◆ 作り方

①ゴーヤーはたて半分に切り、中の種とわたを綺麗に取り除き、酢水で茹で水気を絞る。
②鍋に①と調味料を入れ、煮詰める。
③仕上げにおかかとごまを混ぜ合わせ完成。

「あぶらふ丼」

あぶらふとは、おふを油で揚げた食材です。さて今日のあぶらふ丼はどこの郷土料理でしょうか。 ①秋田県 ②新潟県 ③宮城県

JINSHO × SCHOOL LUNCH



「ラグーソース」

ラグーソースのラグーとは

どのような意味(いみ)でしょうか?

①楽(らく)をする　②煮(に)る　③トマト

JINSHO × SCHOOL LUNCH

「五節句」

7月7日は季節の節目となる「五節句」のひとつです。

さて今日は何の節句でしょうか。

①七夕の節句　②端午の節句

③重陽の節句　④桃の節句

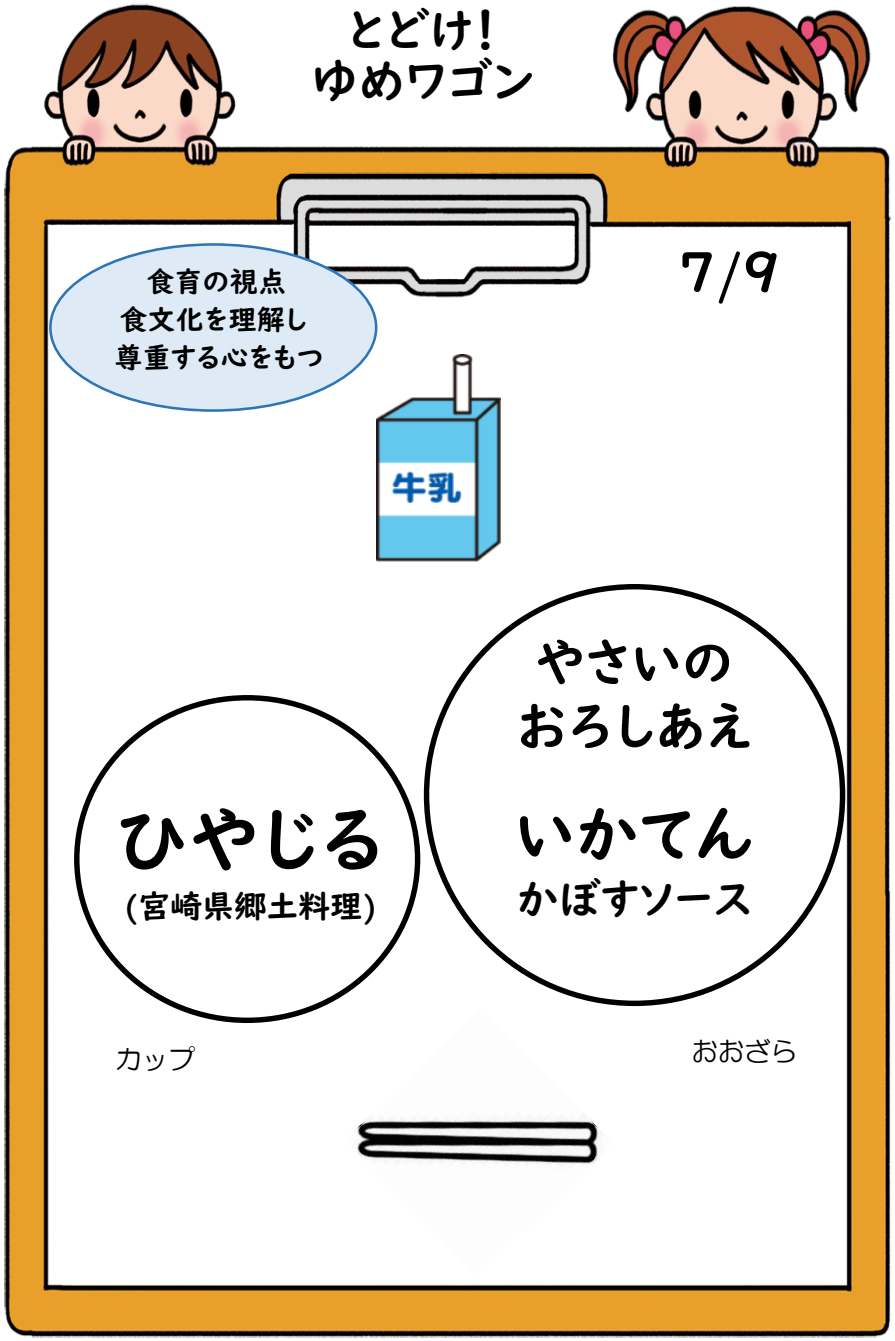
JINSHO × SCHOOL LUNCH

「沖縄県（おきなわけん）　タコライス」

今日（きょう）は沖縄県（おきなわけん）の料理（りょうり）や
食材（しょくざい）を使（つか）った献立（こんだて）です。

タコライスに、タコ は
入（はい）っているでしょうか？

JINSHO × SCHOOL LUNCH

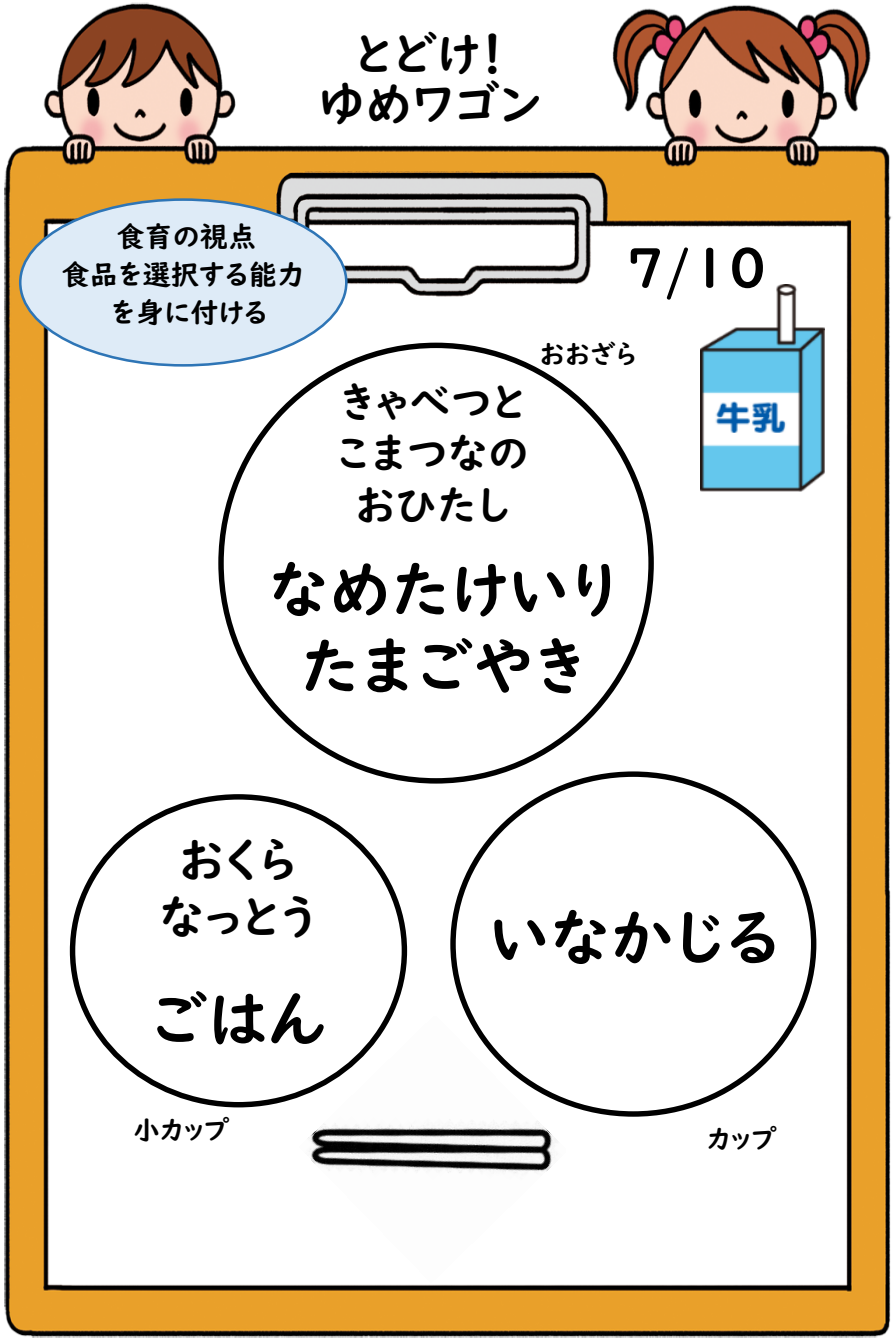


「宮崎県　冷や汁」

冷や汁は冷やしたみそ味の出汁をごはんにかけた宮崎県の郷土料理です。

さっぱりと食べられるので、暑い時期にもピッタリの料理です。

JINSHO × SCHOOL LUNCH



「7月10日 納豆の日」

今日のおくら納豆は、納豆が苦手な人でも食べやすいように工夫してあります。どんな工夫でしょうか。

JINSHO × SCHOOL LUNCH

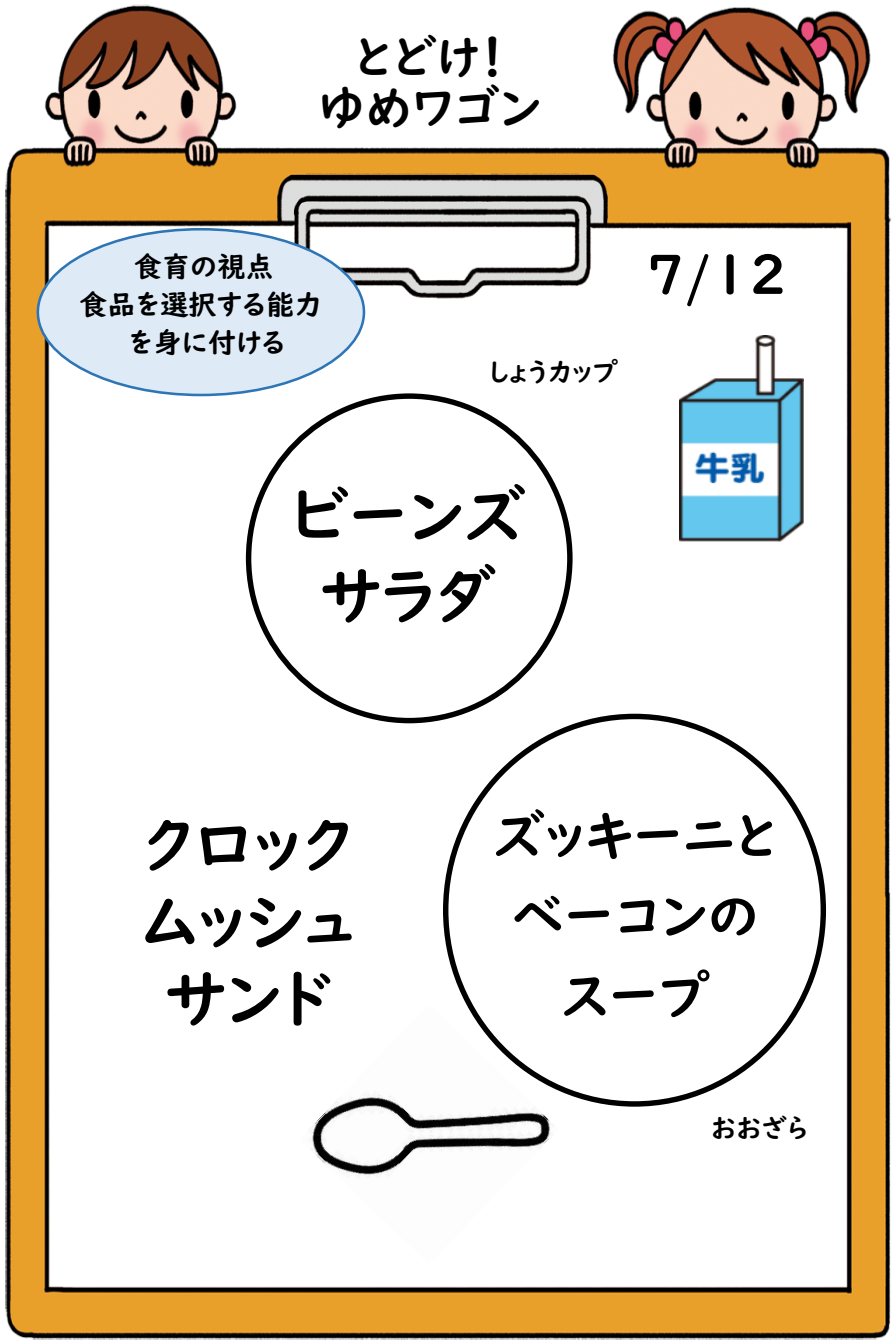
「韓国料理（かんこくりょうり）　ビビンパ」

ビビンパは韓国語で、

どのような意味でしょうか？

- 「ビビン」 ＝ 「？」
- 「パプ」 ＝ 「？」

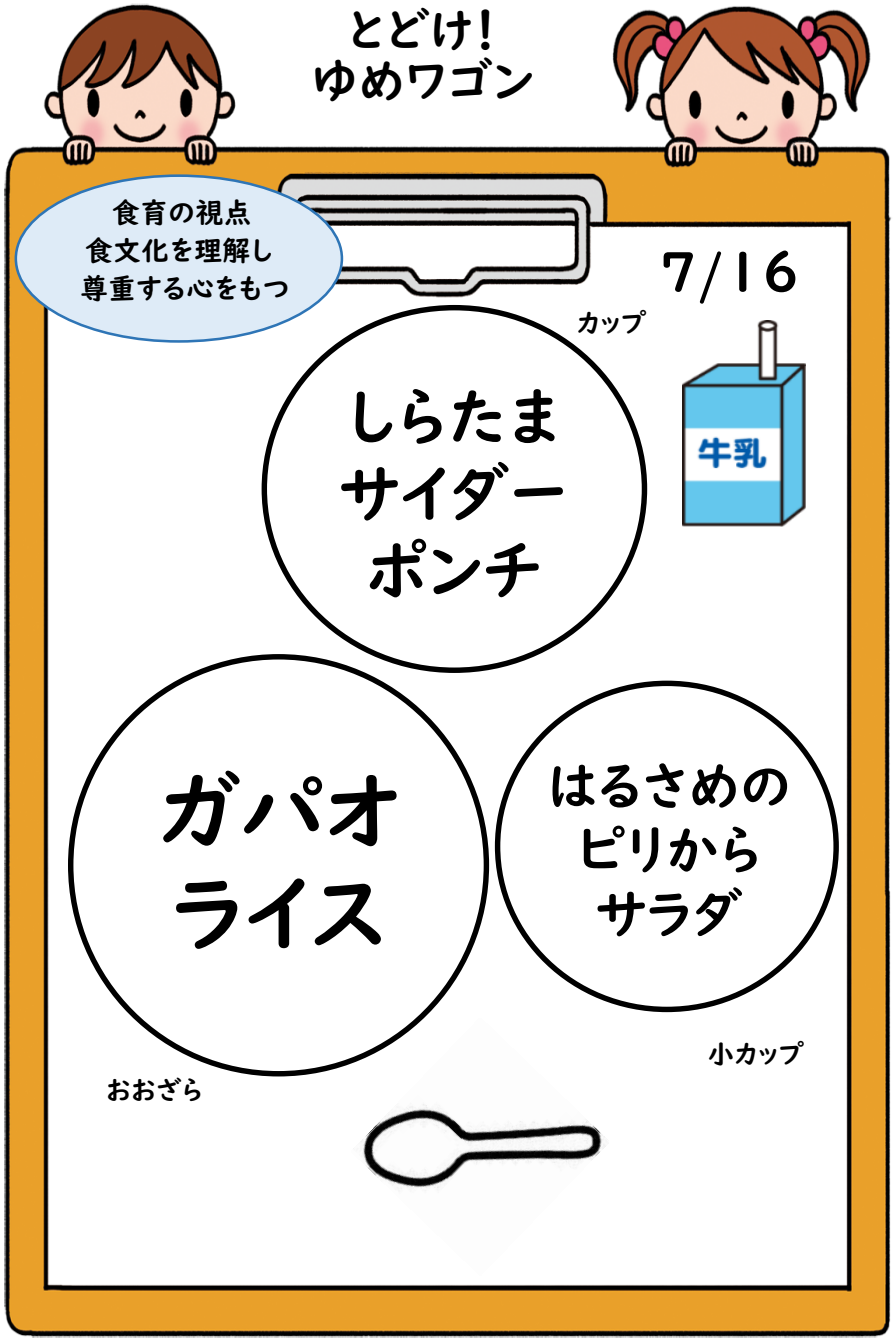
JINSHO × SCHOOL LUNCH



「野菜の花クイズ」

これは何の野菜の花で
しょうか。ヒントは今日の給食
にも使われている野菜です。

JINSHO × SCHOOL LUNCH



「タイ料理の特徴」

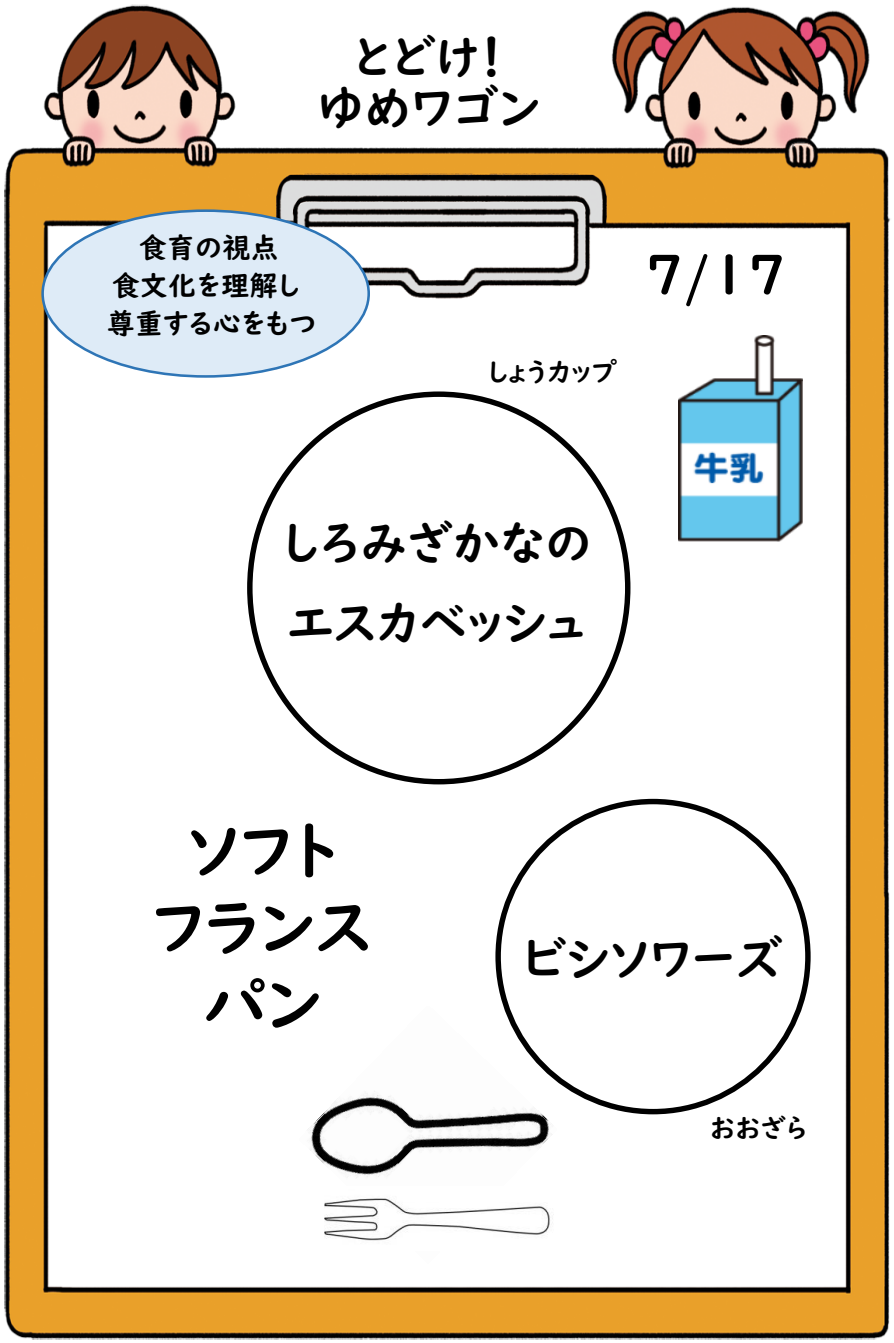
今日はタイ料理の

「ガパオライス」です。

タイ料理の味付けには

どんな特徴があるでしょうか。

JINSHO × SCHOOL LUNCH



パシャパシャタイム

夏野菜デー

フランスのパリで今年(ことし)の夏(なつ)，オリンピック・パラリンピックが開催(かいさい)されます。それにちなみ今日(きょう)の給食(きゅうしょく)はフランス料理(りょうり)にしました。

JINSHO × SCHOOL LUNCH

「リザーブ給食」

今学期の給食も今日で最後です。楽しんで食べてください。

とどけ！
ゆめワゴン

食育の視点
食事の楽しさを
理解する

7/18

・いちごミルク
または
・コーヒーぎゅうにゅう
または
・みかんジュース

なつやさい
カレー
・かいぞくあげ
または
・さんぞくやき

おおざら

かいそう
サラダ

小カップ