



# めしあがレター №.32

\* 給食委員さん、皆さんに伝わるように大きな声で読んでください。

12月 8日 (月)	シナモンバナナ シュガートースト 牛乳 ポテトミートソース 大根とツナの サラダ	「大根」の旬はいつでしょう?…そうです。冬が旬です。では大根クイズです! 第1問: 世界一大きくて重い大根の名前は?…答えは「桜島大根」鹿児島県の伝統野菜で6kg位になり、ギネスブックにも認定されています。第2問: 辛くない大根おろしを作る方法は?…答えは「ゆっくりすりおろす」です。大根の辛み成分は大根の細胞が破壊されることで生成されます。ゆっくりすりおろすことで、細胞が壊れにくくなり、辛くない大根おろしが作れます。
12月 9日 (火)	今年度の「食育の日」も「先生の好きな給食」を紹介しています。 6回目は1年生の内田先生の好きな給食です。 献立は、岩楓ごはん・内田先生の好きな回鍋肉・卵とコーンのスープです。 今日の「めしあがレター」は給食委員が放送でお伝えします♥	
12月 10日 (水)	カレーうどん (地粉うどん) 牛乳 くわいの唐揚げ 茎わかめの サラダ	「くわいの唐揚げ」のくわいは「オモダカ科」と呼ばれる植物の根っこで、次の年にのびる大きな芽がついていることから、芽出たい=おめでたいにかけて、お正月やお祝いの時に食べられます。埼玉県のくわいの収穫量は、広島に次いで全国2位です。高級な食材で、ほとんどが京都の高級な料亭などに届けられます。
12月 11日 (木)	麦ごはん 牛乳 卵と豆腐の チリソース 中華サラダ みかん	みかんの旬はいつでしょうか?…そうですね冬が旬です。それでは、みかんクイズです。第1問: みかんの生産量全国1位の都道府県はどこでしょうか?…答えは和歌山県です。2位は静岡県、3位は愛媛県です。第2問: みかんの皮をむかずに中の房の数を知る方法は?…答えはみかんのヘタの裏側の白い筋の数を数えると房の数と一致します。この白い筋は、みかんの房に栄養を運ぶ管で、1つの房につき1つずつあります。数えてみてね。
12月 12日 (金)	ひじきごはん 牛乳 タラのホイル焼き さつま汁	今日は「魚の日」10回目です。魚の名前はわかるようになりましたか? 今日の魚は「鱈」です。初雪の頃から獲れ始めるため、魚編に雪と書きます。大きさは1.2メートルにもなり、体の模様がまだらなので「真鱈」と呼ばれるようになりました。鱈の卵は何と呼ばれているかわかりますか?…そうですね「たらこ」です。鱈はエサをたくさん食べるので、鱈の腹と書いて「鱈腹」という言葉ができたそうですよ。鱈のホイル焼きをたらふくめしあがれ♥

