




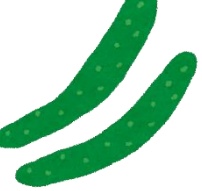


7月8月 給食豆知識

小学校

<p>3日 黄桃(おうとう) <small>かじゅう すく あま</small> 果汁が少なめで甘さひかえめ、果肉が白桃よりかたいのが特徴です。黄金桃などの品種があります。</p>	<p>4日 メンチカツ <small>きゅうしよく だいず</small> 給食ではキャベツや大豆が入ったヘルシーですが、栄養のつまったメンチカツです。</p>	<p>5日 冷やし中華 <small>はっしょう せんだい とうきょう かに</small> 発祥は仙台・東京で、家庭にひろまったのは、水がきれいな日本だからこそといわれています。</p>	<p>6日 ナン <small>ご</small> ペルシャ語で「パン」という意味です。タンドールという壺のような窯の側面に、生地をはりつけて焼いたものです。</p>	<p>7日 七夕 <small>きょう てま ずし</small> 今日は手巻き寿司にしました。自分でのりにご飯と具材を巻いて食べてみましょう。</p>
<p>10日 まっくろくろすけ <small>くろ さとう</small> 黒ごまときなこと砂糖をまぜ、白玉団子にまぶしました。見た目がまっくろくろすけに似ているのが名前の由来です。</p>	<p>11日 かむ回数 <small>やく ねんまえ かい しょくじ</small> 約90年前は1回の食事で1420回かんでいたそうです。現在は半分以上の620回に減っています。</p>	<p>12日 白桃(はくとう) <small>あま かじゅう</small> 甘みがありやわらかく果汁が多いのが特徴です。福島県は全国2位の生産量です。さまざまな品種が楽しめます。</p>	<p>13日 はさんで食べよう <small>おお とくちよう ふくしまけん</small> コッペパンにウイナーとケチャップなどをはさみ、オリジナルなホットドッグにして食べてみましょう。</p>	<p>14日 レモン <small>さん ふく つか からだ</small> レモンにはビタミンCやクエン酸が含まれ、疲れた体を回復させる働きがあります。</p>
<p>17日 </p>	<p>18日 コンソメ <small>ご かんせい</small> フランス語で「完成された」という意味で、肉や香味野菜をじっくり煮てアクをとった透明なスープのことです。</p>	<p>19日 冬瓜(とうがん) <small>しゆん なつ なつ しゅうかく</small> 旬は夏です。夏に収穫し、適切に保存すると冬まで持つことから、冬の漢字が使われました。</p>	<p>20日 冷凍みかん <small>やく ねんまえ おだわらえき はんばい</small> 約60年前、小田原駅で販売されたのが始まりで、通年食べられるようにと発案されたそうです。</p>	<p>21日 </p>
				<p>25日 沖縄県 <small>ワールドカップ</small> バスケットボール W 杯にちなみました。タコスの具をご飯にのせたタコライスです。もずくは日本の生産量の9割を沖縄が占めています。</p>
<p>28日 赤カボチャ <small>かねやままちとくさん あか</small> 金山町特産の赤カボチャが旬をむかえています。今日は夏野菜カレーで味わってください。</p>	<p>29日 カリフラワー <small>とつぜんへんい う</small> ブロッコリーの突然変異で生まれたそうです。キャベツの仲間です。つぼみを食べる野菜です。</p>	<p>30日 春巻き <small>はるま はる やさい ぐ</small> 春巻きは春の野菜を具にして巻いたことが名前の由来です。新春を祝い、無病息災を願ったそうです。</p>	<p>31日 野菜の日 <small>ごろあ やさい ひ</small> 語呂合わせで野菜の日です。1日に350g以上とることが目標とされています。</p>	