

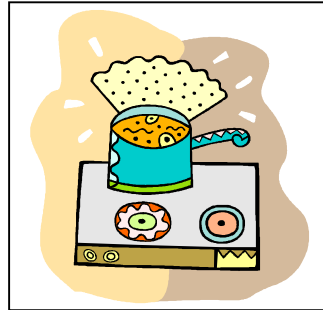
ぱくぱくつつうしん



6月23日(金) かきあげ

<クイズ>かき揚げをあげるときに、調理員さんが気をつけることは
どんなことでしょうか？

① 色いろを白くしろ、きれいあに揚げる



② 大きおおな形かたちに揚げる

③ かりあっと揚げる

クイズの答え ③です。

給食きゅうしょくのかき揚げは、普通ふつうのかき揚げにはあまり入ら
ない食たべ物ものが入はいっています。一つはひじき、もう一つは
煮干にぼしです。どちらも骨ほねや歯はを強つよくしてくれるカルシウ
ムという栄養えいようがたくさん入はいっています。

よい歯はを作るつくためには、カルシウムおおの多たい食たべ物ものを食
べ、よく噛かんで食たべることが大たいせつ切きょうです。今日けふのかき揚げ
も、よく噛かんで食たべられるように、調理員ちょうりいんさんがカリッ
と揚あげてくれました。

うどんの汁しるにつけずそのまま、食たべてみてください。

今日のねらい

食事の重要性・・・よく噛んで食べる