

かぞくみんなどうぞください!

しよくいくだより12がっ号

* * * * * 令和4年12月 東松山市学校給食センター たおら



さむくなってきましたね。12月はクリスマスや年越しのじゅんぴがあわただしくなってきました。お正月のおせちりょうりもたのしみですね♪ ゆ、たり、ほ、こり、家族でたのしい食卓をおすごしください♪



かまじちゃん

12がっの食育の日こんだては... 福島県の郷土料理「こづゆ」です



あかバコ

(もたて貝柱のだしでいろいろな具を煮込んだ料理です。「きくらげ」「豆麩」といった乾物も入ります。うま味たっぷりの汁物なので、新しい味にも挑戦してみてくださいね♪



クイズ

♪ピーナッツみたいに木の奥のフリしながらほほえみうかべるーよ (Official 髭男dism)



- ① ピーナッツはアモンドなどと同じ木の奥の仲間である。
- ② ピーナッツは高い木の枝に実る。

... 答えはどちらも「×」です!

「ナッツ」という名前がついているので紛らわしいのですが、実は大豆などと同じ「豆」の仲間です。ではどこに実がなるのかというと... そう、土の中なんです。落花生ともよばれるピーナッツは、落ちる花から生まれるんです。インターネットで落花生の育ち方の動画をみてくださいね♪

かんたん! えいようワンポイント

とうじにかぼちゃを食べると、かぜをひかない

むかし人は、ある日に関係のある食べものを食べる、という風習をたくさんつくりました。それは、ちょうどそのころに不足しがちなえいようをおぎなうためのちえです。かぼちゃのような色の野菜は、冬になると少なくなってきます。それで、とうじにかぼちゃを食べようというわけです。今年のとうじは22日です!



かわがたいのできるまえにあらってレンジにかけてきいよ

<かぼちゃとシンドレラ>

かぼちゃをにるときは、せとうとしおかしみずひたひたど、みずがなくなるまでする
