

今日の給食&ちょこっとニュース

令和6年11月25日

今日のメニュー

ごはん、マーボーはくさい、五目炒め、由良みかん、牛乳



今日の食材紹介とクイズ(栄養教諭の先生より)

今日は「柿(かき)」の紹介とクイズをします。ではさっそくですが、クイズです。

「柿」の旬はいつでしょうか？

- ① 3～4月 ② 7～8月 ③ 10～11月

正解は③の10～11月でした。柿は秋が旬の果物です。柿には「タンニン」という渋(しぶ)み成分がふくまれています。熟(じゅくす)となくなり、甘い柿になります。また風邪をひきにくくするビタミンCやお腹の調子を整える食物繊維(しょくもつせんい)などの栄養がふくまれています。

今日は、柿の不作により、由良みかんに変更になりました。甘さがギュッと凝縮されたみかんはおいしいですね。

美味しく作ってくださる調理員さんに感謝をしましょう。

〈ちょこっとニュース〉気持ちのよい天気になりました。水組さんは天橋園の皆さんへの贈り物の寄せ植えの花苗を買い物に行きました。黄・赤組さんは、転がしドッジを楽しみました。

