

11月 16日(木)

おいしいなつうしん



◎きのうの正解◎ ② サイダー

秋が旬のさんまですが、近年漁獲量が減り、価格が高くなっています。

◎今日のクイズ◎

今日は旬のかぶを使ってサラダを作りました。使っているかぶは、小平の加藤さんの畑でとれたものです。かぶの旬は春と秋に2回あります。春のかぶは肉質がやわらかく、サラダなどの生食にするとおいしいです。秋のかぶは甘味が強く、ポトフなどの煮込み料理がおすすめです。かぶは葉の部分にもたくさん栄養が含まれています。今日のサラダは葉の部分までまるごと使った「食品ロス削減給食」です。

また、さつまいももおいしい季節ですね。今日は、さつまいもをうすく切って、油で揚げ、チップスを作りました。1年生が学童農園で収穫したさつまいもと小平産のさつまいもを合わせて使いました。

では、クイズです。かぶが出てくるお話「おおきなかぶ」。最後に登場する動物はなんでしょう？

- ① いぬ ② ねこ ③ ねずみ

ぎゅうにゅう
バターライスの
クリームソースかけ
まるごとかぶサラダ
さつまいもチップス

もりつけかた

- さつまいもチップス
- バターライスのクリームソースかけ
- まるごとかぶサラダ

