

10月 8日 (水) おいしいなつうしん



★きのうのこたえ★

①

しょうひきげん
消費期限

食品ロスの原因は、消費期限切れで捨てられてしまうことが多いです。

◎今日のクイズ◎

「食品ロス削減給食」です。「かくれんぼやさいズ」は、「かくれんぼだいこん」と「かくれんぼにんじん」の仲良しコンビです。だいこんやにんじんの皮や葉っぱは、いつもはぐれがちです。でも、かくれんぼするのも上手なようで、今日はうまいことドレッシングの中にかくれることができたようです。実は「さびしんぼうキャベツ」もかくれんぼしたみたい。変身することができて喜んでいます。かくれんぼした野菜たちを探してみてくださいね！

また、10月8日は「骨と関節の日」です。骨の「ホ」が「十」と「八」にわかれることが由来です。骨を丈夫にする栄養素といえば「カルシウム」ですね。カルシウムをたくさん含む「しらすとツナのピザコッペ」と「だいこんのクリームシチュー」を作りました。しらす、チーズ、牛乳はカルシウムをたくさん含んでいます。

さて、次のうちカルシウムをたくさん含む飲み物はどれでしょうか？

① コーラ

② スポーツドリンク

③ 牛乳

かくれんぼしたよ
さがしてみてね！

正解のクラス

2の2、4の1、6の2

ぎゅうにゅう
しらすとツナのピザコッペ
だいこんのクリームシチュー
かくれんぼドレッシングサラダ

だびしんぼう
キャベツ

かくれんぼ
やさいズです！

かくれんぼ
にんじん

かくれんぼ
だいこん

かくれんぼ
ドレッシングサラダ

しらすとツナの
ピザコッペ

だいこんの
クリームシチュー

大わん