

11月 5日(水)

おいしいなつうしん

◎きのうの正解◎ ② 満月ではない

じゅうさんや つき まんげつ すこ か かたち  
十三夜の月は、満月より少し欠けた形をしています。

◎今日のクイズ◎

すこ まえ がつみっか こうやとうふ こうや よ ごろあ  
少し前ですが、11月3日は「高野豆腐の日」です。「高野=こうや(58)」と読む語呂合わせ

から、新年まで残り58日である11月3日が記念日になりました。給食ではこの日にちなみ、

「高野豆腐のそぼろごはん」を作りました。また、今日は「食品ロス削減給食」として、ごはんは防災備蓄

食品のアルファ化米100%で炊きました。高野豆腐は、豆腐を凍らせて乾燥させたもので「乾物」の一つで

す。乾物は日に干したり、水分が少なくなったりすることで、栄養価が高くなります。高野豆腐は、鉄分や

食物繊維などの不足しがちな栄養素をたくさん含んでいます。しっかり食べましょう!

では、クイズです。高野豆腐の別名はなんでしょう?

- ① 乾燥豆腐 ② 凍り豆腐 ③ カチコチ豆腐

もりつけかた

やさいの  
にももの

ふっかつ  
こうやとうふの  
そぼろごはん

かぶのみそしる

大わん

ぎゅうにゅう  
ふっかつこうやとうふのそぼろごはん  
やさいのにももの  
かぶのみそしる

正解のクラス

1の2、2の1、2の2、  
3の1、3の2、4の1、  
4の2、5の1、6の2

