

# きゅうしょく 給食ひとくちメモ



がつにちか  
1月27日(火)

がつにじゅうよっか にち ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん  
1月24日~30日は全国学校給食週間②

きょうとう とうきょうしま しょくさいとうきょう  
今日のテーマは「東京の島の食材」です。東京には、伊豆諸島や小笠原諸島の計11の島があります。サラダの糸寒天は、伊豆諸島で採れる、海藻のテングサから作られます。卵焼きの明日葉は、伊豆諸島で採れ「今日摘み取っても明日には葉を出す」ほど成長が早いため、この名前が付きました。かんも汁の「かんも」はハ丈島の言葉で「さつまいも」のことです。

りょうりうしりょうりうしりょうりうしりょうりうし  
料理の後ろのマークは、その料理が体の中で主にどんな働きをするかを表しています。

エネルギーになる…★

きんにくほね  
筋肉や骨をつくるもとになる…○  
からだあらわ  
体の調子を整える…\*



いとかんてんあもの  
糸寒天の和え物○\* ぎゅうにゅう牛乳○

あしたばいたまごや  
明日葉入り卵焼き○\*★

ごはん★ かんも汁★○\*