

# だい とう きゅう しょく しん ぶん キラキラ大東給食新聞



## カレー南蛮うどん

※めんを入れてから、つゆをかけてください。



はくさい  
白菜のじゃこあえ

フラワーチップス

ま:1 ご:0 わ:1 や:4 さ:1 し:0 い:1



食べ物のおはなし

きょう なんばん ぶし だし  
今日の「カレー南蛮うどん」は、かつお節からとった出汁  
に、調理員さんが手作りしてくれたカレールウを入れて作り  
ました。「フラワーチップス」は、かなり薄〜く切ったさつまいもをカリッと揚げて、甘  
辛いタレを絡めました。パリパリサクサクとたくさん食べてください。

クイズです。白菜は、英語でチャイニーズキャベツと言います。白菜とキャベツだ  
と、風邪を引きにくくするビタミンCはどっちが多い？ ①白菜 ②キャベツ

【担任の先生へ】 ※前回の東大東小全体の残菜は1.2%でした！ ご協力ありがとうございました！

今日は、ついに東京近郊でも夜には雪が降るところがありそうです。埼玉県でも秩父地方には雪マークがついていて、野菜などをたくさん作っている地域なので、農作物に影響がないか心配です。急に寒くなったので、インフルエンザの流行も要注意です



### 12がつとおかのこたえ

わさびの辛み成分は、①の「アリルイソチオシアネート」でした。②の「ジンゲロン」はしょうがの辛み成分で、③の「アリシン」はにんにくの辛み成分です。辛みでも違いがあるんですね。

### せいかいのクラス

3-1、5-2、ひまわり2階

※ななしさんが2クラスいました。がくねんとクラスをかならずかきましよう。(きりとり)

ねん くみ ・ ひまわり

### ◆12がつとおかの かんそう◆

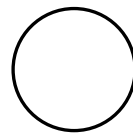
- ・にくどうふがすごくおいしかったです！ 大東きゅう食さいこう
- ・おいしかった ・わさびあえ、もっとからくていいのに〜★おいしかったです
- ・わさびあえのわさびがぜんぜんからなかった
- ・おいしかった ・にくどうふおいしかったです
- ・わさびあえがからくてもよかった ・サラダがおいしかった。
- ・おいし〜★
- ・とてもおいしかったです(とくに肉どうふがおいしかったです！)
- ・とてもおいしかった ・にくどうふがおいしかった

### ◆リクエスト◆

おにぎりぐ しゃげ、めんたいこ、こんぶ、うめ)、がりがりくん、ドーナツ、れいとうぶどう、パスタ、ゼリー、ゆきみだいふく、プリン、フルーツ、チョコ、ワッフル、からあげ、ざるうどん、かりかりチキン南蛮、メロン、ミルク、タコライス、さっぱりサラダ、カレーうどん、あげパン(二色)、マカロン1人2こ、ラーメン、からしあえ、にくどうふ

### ★クイズのこたえ★

ビタミンCが多いのは、



### ★りょうとあじの アンケートに こたえましよう★

- ◎「かれーなんばんうどん」は、おおかった・ちょうどよかった・たりなかった
- ◎「フラワーチップス」は？ おおかった・ちょうどよかった・たりなかった
- ◎「はくさいのじゃこあえ」は？ おおかった・ちょうどよかった・たりなかった