

# B 7・8月 こんだてカレンダー

☆「牛乳」は、毎日つきます。  
 ☆「直送品」がある日は色がついています。

| 月  | 火  | 水   | 木  | 金  |
|--|--|---|--|--|
| <b>7月</b><br><br><b>はしは毎日持ってきましょう</b>  |  |   |  | <b>1</b><br><br>しろみざかなのチリソースかけは「ほね」にちゅうい！<br>「4こくらい」はめやすです。                            |
| <b>4</b><br><br>わかめと豆腐のみそしるに入っている「わかめ」は大分県国東市でとれたものです。大阪国際空港から国東市へは、飛行機で約1時間で行くことができます。にくだんごのてりやきの「4こくらい」はめやすです。 | <b>5</b><br><br>サーモンフライは「ほね」にちゅうい！   | <b>6</b><br><br>7月7日は七夕です。七夕にはそうめんを食べる風習があります。今日のにゅうめんじるはそうめんの代わりにスパゲティを使っています。ゼリーの空き容器は重ねて、食べ残しといっしょにビニールぶくろに入れて返してください。 | <b>7</b><br><br>とうもろこしは、夏にとれる野菜で、英語で「コーン」と言います。ポップコーンやコーンフレークもとうもろこしから作られます。   | <b>8</b><br><br>さばのしおやきは「ほね」にちゅうい！   |
| <b>11</b><br><br>いわしのフライは「ほね」にちゅうい！  | <b>12</b><br><br>給食のチョコレートクリームは、何からできているか知っていますか。大豆油や大豆の粉、砂糖などから作られています。大豆からいろいろなものができるのですね。 | <b>13</b><br><br>今日のかきあげには、ゴーヤが入っています。ゴーヤは「ツルレイシ」「にがうり」とも言います。夏によくとれる野菜です。  | <b>14</b><br><br>モロヘイヤは、夏に美味しい野菜のひとつです。葉をきざむとねばりが出てきます。エジプトの辺りでもよく食べられている食材です。 | <b>15</b><br><br>今日のカレーには、なす、トマト、かぼちゃ、オクラなど夏にとれる野菜がたっぷり入っています。教室に配られている一口メモと動画を見てください。 |
| <b>はしマークの日は、はしを使いましょう。</b><br><b>スプーンマークの日にスプーンを配りましょう。</b>  | <b>19</b><br><br>ベーコンときのこのソテーにはぶなしめじ、エリンギ、えのきたけの3種類のきのこが入っています。                              | <b>8月</b><br><br><b>2学期がはじまります</b>  |  | <b>26</b><br><br>しろみざかなのフリッターは「ほね」にちゅうい！<br>「4こくらい」はめやすです。                             |
| <b>29</b><br><br>フォー・ガーはベトナム料理です。フォーは米からできた平たいめんのこと、ガーはとりにくのことです。あつあげのチリソースかけの「3こくらい」はめやすです。                     | <b>30</b><br><br>とうがんは、夏に美味しい野菜のひとつです。大きいものだと太さは30センチ、長さは80センチくらいにもなります。                     | <b>31</b><br><br>ズッキーニは見た目はきゅうりに似ていますが、かぼちゃの仲間です。夏に美味しい野菜です。  | <b>8月31日</b> やさいの日<br>もりもり食べましょう<br>   |  |

※カレンダーに書いている「〇こくらい」は低学年の目安です。重さで量って入れているので、学年や大きさによって数が変わることがあります。