

しょくいくメモは、^{にっちよく}日直さんが^よ読んだり、^{きょうしつ}教室にはったりしてね

10月22日のしょくいくメモ



きのこのおはなし



^{あき}秋はきのこの^{き せ っ}季節です。

200^{しゅるい}種類あるといわれている^た食べられるきのこの中から^{なか}給食によく^{きゅうしょく}登場するきのこを^{しょうかい}紹介します！

しいたけ	^{あじ} 味も ^{かお} 香りもとってもよいきのこ
しめじ	^{あじ} 味がとってもおいしいきのこ
なめこ	ぬるぬるは「ムチン」風邪を ^{か ぜ} 予防する！
えのきたけ	^{しろ} 白いけど、野生のえのきたけは ^{ちやいろ} 茶色い！
きくらげ	こりこりとした ^は 歯ごたえのあるきのこ
マッシュルーム	ヨーロッパからやってきたきのこ
エリンギ	^{に ほ ん} 日本の食卓には20 ^{ね ん ま え} 年前に ^{とうじょう} 登場！

きのこはとっても^{からだ}体によい！

^{しょくもつ}食物せんいが多く^{おお}ビタミンがたっぷり
^{ほね}骨を^{つよ}強くするはたらきもあります！



^{き よ う}今日の給食は、きのこ^{きゅうしょく}ピラフ。

しいたけ、しめじ、エリンギ ^たを食べます！

しいたけは、^{はちおうじ}八王子でとれました。

^{しもゆぎ}下柚木の^{かつざわ}勝沢さんから^{とど}届きました。