

# 10月12日(木)ランチタイム

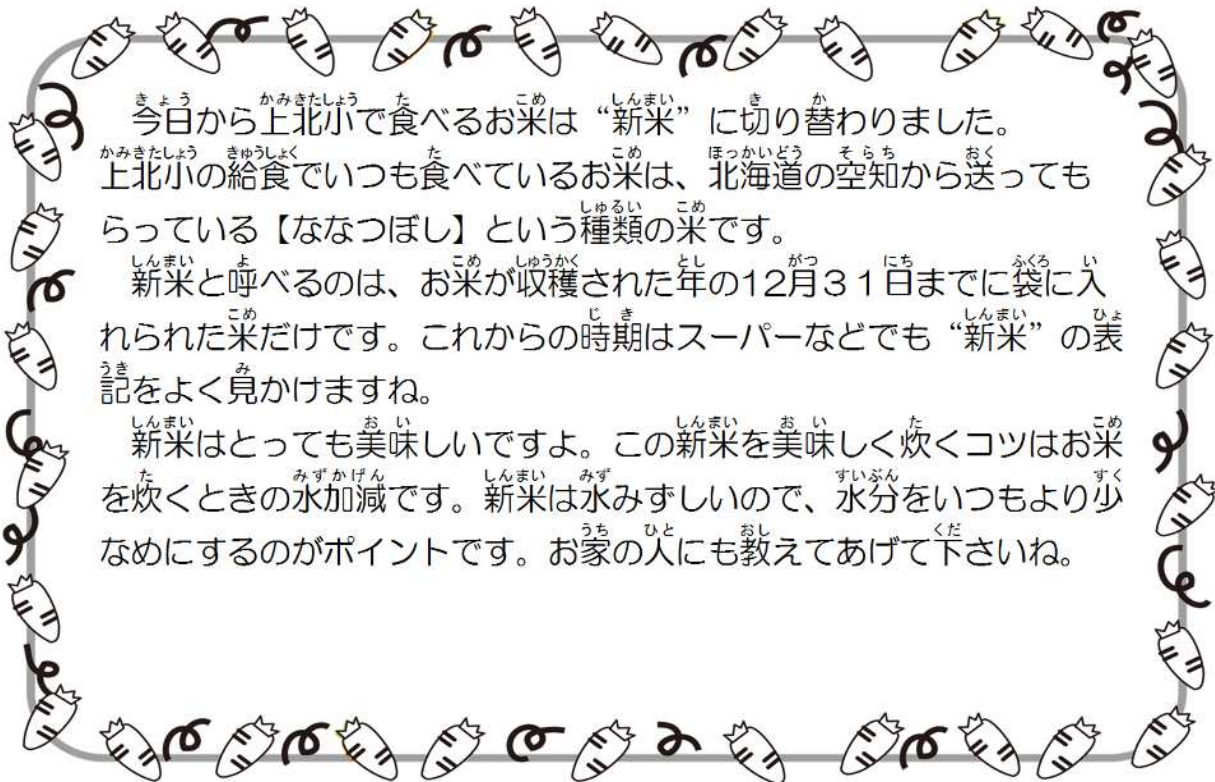
今日の給食

\* あわご飯

\* 鯖の香味揚げ

\* けんちん汁

\* 牛乳



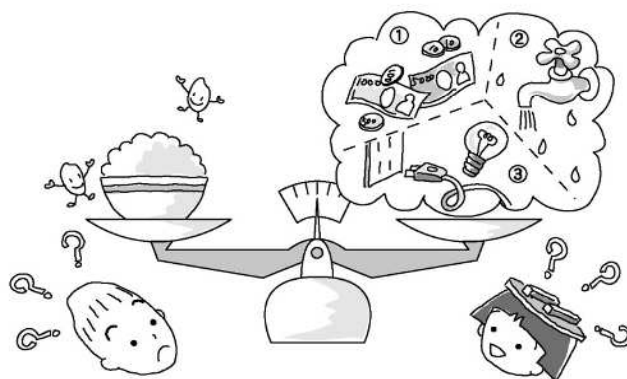
今日から上北小で食べるお米は“新米”に切り替わりました。  
上北小の給食でいつも食べているお米は、北海道の空知から送られて  
らっている【ななつぼし】という種類の米です。

新米と呼べるのは、お米が収穫された年の12月31日までに袋に入れ  
られた米だけです。これからの時期はスーパーなどでも“新米”の表  
記をよく見かけますね。

新米はとってもおいしいですよ。この新米を美味しく炊くコツはお米  
を炊くときの水加減です。新米は水みずしいので、水分をいつもより少  
なめにするのがポイントです。お家の人にも教えてあげてくださいね。

## も ん だ い

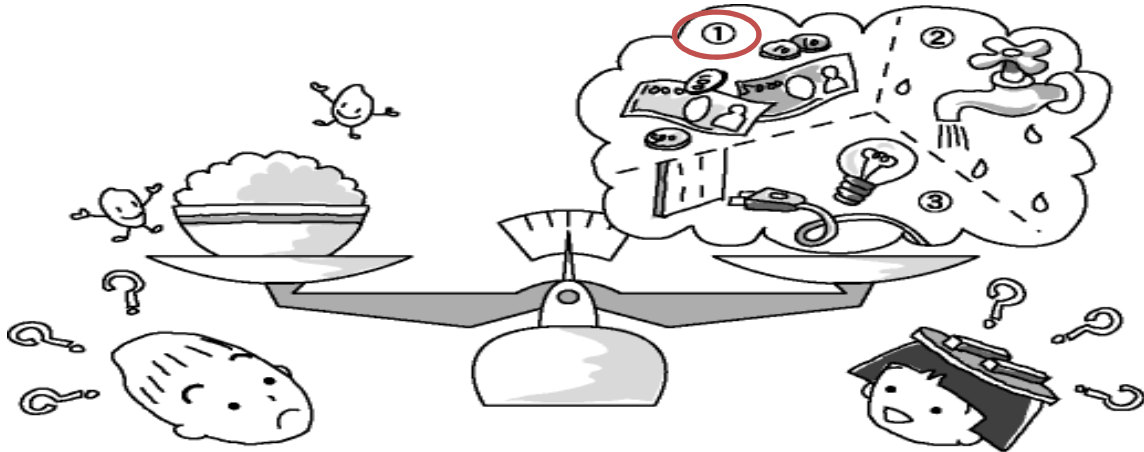
お米は日本の「主食」といって、むかしむかしから一番たくさん  
食べられている食べものです。むかし、お米は、今では考  
えられないものの代わりに使われていたんだけど、さて、何の  
代わりかな？



- ① お金の代わり
- ② 水の代わり
- ③ 電気の代わり

こちらはウラです。オモテからよんでね。

せいかいは  
のお金かねのかわりでした。



お米こめはたかずににおいておいたら、保存ほぞんができます。そのため、物々交換ぶつぶつこうかんのときの基準きじゆんに使うことができ、お金かねのかわりとなったのです。税金ぜいきんを納めたりするのにもつかわれました。

給食室きゅうしょくしつの前に空知まへから届とどいた稲穂いなほを飾かざっておきます。ぜひ見みに来てくださいね。



今日は、東村山市のB級グルメとして最近評判の  
作って、これをパンにはさんで【東村山黒焼きそ  
ました。

黒焼きそばソースは東村山のソース屋さんが開  
イカ墨を使っているので、色が真っ黒な珍しいソ  
スで作る黒焼きそばは見た目は真っ黒ですが、食  
美味しいです。

いか墨で口の中も黒くなるので、食べたあとは  
う。

東村山市は西東京の隣の隣...わりと近くにありま  
31人の中で、現在、東村山市に住んでいる先生が  
か？

1人

4人

6人

クイズのこたえ

4人 です。1 - 2大木先生、2 - 2高橋先生、  
養士川福が東村山市に住んでいます。ちなみ  
生と、3 - 4篠原先生は東村山に住んでいた  
山のことを聞いてみてください。

）【黒<sup>くろ</sup>焼<sup>や</sup>きそば】を  
ばバーガー】を作<sup>つく</sup>り

発<sup>はっ</sup>したソースです。  
ースです。このソー  
べてみると、とても

JA

口をすすぎましょ

すが、向<sup>む</sup>台<sup>だい</sup>小<sup>しょう</sup>の先<sup>せん</sup>生<sup>せい</sup>  
何<sup>なん</sup>人<sup>にん</sup>いるでしょう

生、産休中の金子先生、栄  
々に、3 - 3 菅原ひとみ先  
ことがあるそうです。東村

