

# 食育ニュース

2月4日(火)

飯椀

りんご(サンふじ)

牛乳

平皿

深皿

ジャンバラヤ

スパイシーチキン

やさい  
野菜のクリーム煮

りんごをいただきました!

今日のりんごは、青森県つがる弘前農業協同組合ひろさきか

ら、港南中へ贈呈どうていされたものです。青森県つがる弘前農業協同組合は、毎年、港区の子供達のために、おいしいりんごを

くださっています。新鮮なりんごで

すので、味わって食べましょう。



## クイズ

Q. 買ってきた鶏肉とりにくの上手な保存方法は、どれでしょう?

- ①そのまますぐ冷蔵庫へ入れる
- ②水につける
- ③ラップに包んで冷蔵庫へ入れる
- ④風通しの良いところに置く



答えは、③の「ラップに包んで冷蔵庫へ入れる」です。包装を開け、鶏肉を薄く平らにのばして、ラップで包み直しましょう。また、下味をつけると風味が落ちるのを防ぐことができます。

## 給食室の様子

贈呈されたりんごは、真っ赤な皮の「サンふじ」という品種です。



ジャンバラヤは、クミンやチリパウダーなどの香辛料が効いています。