




夏休みは楽しくすごせましたか？

おうちで、赤・黄・緑の食べ物をしっかりたべて  
元気もりもりのみなさんにクイズです。

このたべものなんでしょう？

**ヒント**

- ① いろは、むらさきいろです
- ② きみどりいろの ものも、あります
- ③ たねが、あるものと ないものが、あります
- ④ まるい つぶが、たくさん ついています
- ⑤ くだものです

こたえ 



## ヒント

- ①色はむらさきいろです。
- ②きみどりいろの ものも、あります。
- ③たねが、あるものと ないものが、あります。
- ④まるい つぶが、たくさん ついています。
- ⑤くだものです。

正解は…。

こたえ…

ぶどう




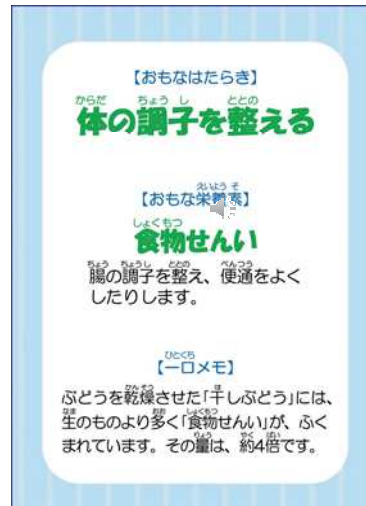
こたえは「ぶどう」です。

みなさんは、ぶどうが好きですか？

私は大好きです。

今月のふるさと食材は「ぶどう」を紹介します。

ぶどうのはたらきを知ろう 



みんながだいすきなぶどう。おもなはたらきを紹介します。

おもなはたらきは、体の調子を整えます。

主な栄養素は、「食物せんい」

腸の調子を整え、便通をよくしたりします。

ぶどうを乾燥させた「干しぶどう」には、生のものより多く

「食物せんい」がふくまれています。

その量は、約4倍です。

今日のぶどうの粒は約12000粒。400房ほどのぶどう

1



2



3



今日のぶどうは、約12000粒ほどありました。

1房に30粒前後ついているので約400房のぶどうを納品しています。

給食に出るまでの様子です。

① 房から一粒ずつ手作業で切り離してもらいました。

ぶどうにキズをつけないように、注意しながらの作業でした。

この作業が、12人で40分ほどかかります。

②濃度が濃い酢につけて消毒をします。

③ぶどうは、流水で水そうをかえながら、3回洗います。そして、丁寧に数をかぞえて配缶をしてくださっています。

伊万里の特産であるぶどう。

手間をかけておいしくつくってくださる農家の方や、

おいしく食べてもらうために1個ずつ丁寧に扱ってくださる調理員さんたちに感謝をしましょう。



伊万里で栽培されているぶどうの品種は、10種類ほど。

きょうは「巨峰」をいただきます。

巨峰にはすぐにエネルギー源になるブドウ糖が豊富に含まれていますので、「ちょっと疲れたから甘いものが食べたいな」という時には最適の一品といえます。

まだまだ暑い日が続きます。

ふるさと伊万里でとれたぶどうをたべて9月も元気に登校しましょう。