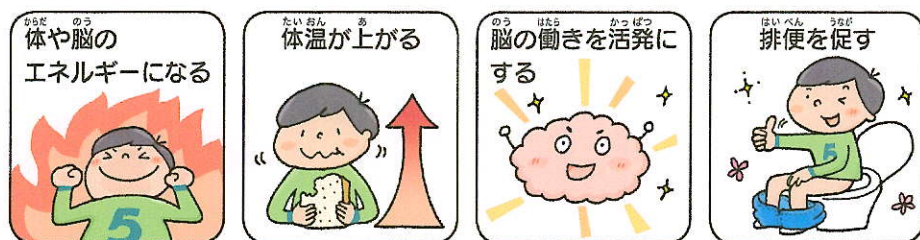


給食カレンダー 8月・9月 No.1



..... 2学期も 朝ごはんは元氣！

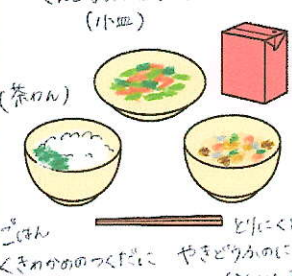
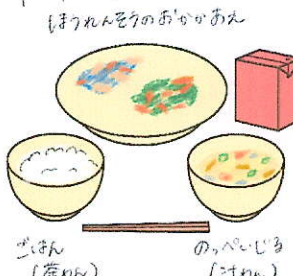
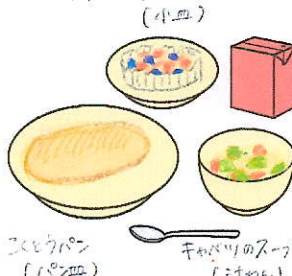
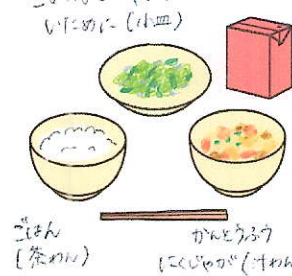
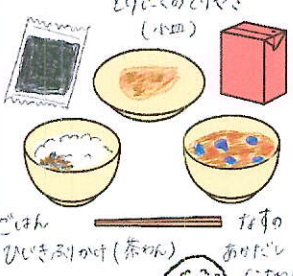
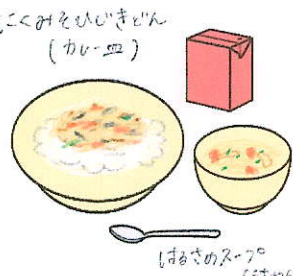
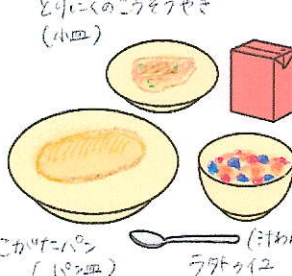
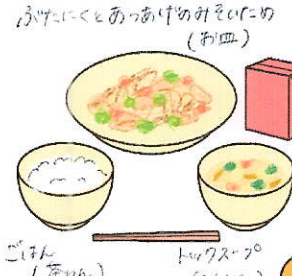
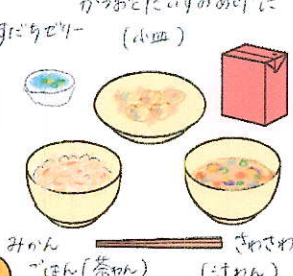


朝ごはんを食べることでエネルギーや栄養素が補給され、五感が刺激されて体や脳が目覚めます。そして、寝ている間に下がってしまった体温を上げます。また、よくかんで食べることで、脳に刺激を与えて脳の働きが活発になるほか、胃に食べものが送り込まれると腸が動き始めて、朝の排便を促します。

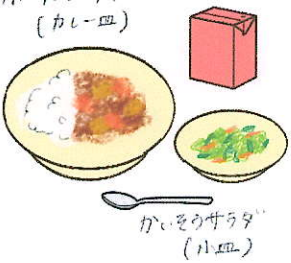
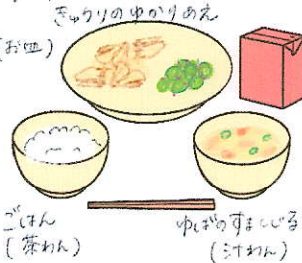
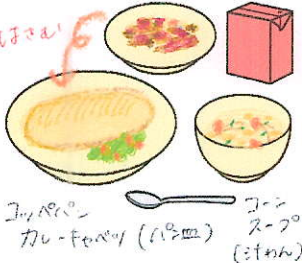
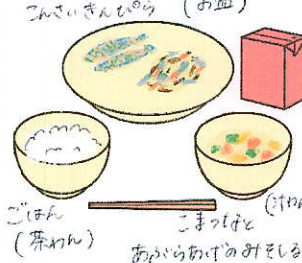
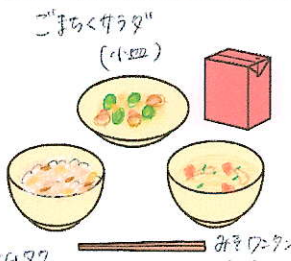
28 (木)	29 (金)
今日から2学期の給食が始まりました。2学期最初の給食には、みなさんがそれぞれ1学期に選んだ「ジョア」がつきます。暑い日が続くので、豚汁でスタミナをつけましょう！	日本で一番最初にレモンが伝わったのは、1873年に、静岡県熱海に伝わりました。その後和歌山県に伝わり、現在は広島県、愛媛県、熊本県で栽培されています。

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)
はいぜん					
ひとくちメモ	防災の日献立 9月1日は防災の日です。給食では、長く保存することができ、食品を使った『防災献立』が登場です！今日の給食に使っているひじきや切干大根、高野豆腐やツナ缶などは長く保存することができます。もしも災害に備えて、保存食についておうちの人と話し合ってみましょう。	プリプリ中華炒めは、どこで生まれた給食でしょう？ ① 京都市 ② 大阪市	給食でソース焼きそばを出すために、久御山町ではいろいろな研究がされた。 ○か×か？	天然の(山に生えている)えのきだけも、白くて細い見た目である。 ○か×か？	「つくね」という名前は「つくねる」という言葉がもとになっています。「つくねる」とはどんな意味でしょう？ ① 食べる ② 混ぜる
		こたえ ① 京都市 プリプリ中華炒めはお隣の京都市で誕生した給食です。「プリ中」という愛称で、京都市では大人気のメニューです。	こたえ ○ 時間が経ってもくっつかない麺を探したり、ソースがよく絡むようにさまざまな作り方を試したり... いろいろな研究を経て給食に登場しました！	こたえ × 給食やスーパーで見かけるえのきだけは、白くて細長い形です。天然の山に生えているえのきだけは、かさが茶色くふくらとした形をしています。	こたえ ② 混ぜる 「つくねる」とは「材料を混ぜて形を整える」という意味です。今日はごぼうと一緒に混ぜて作っています。食感を味わって食べましょう。

給食カレンダー 8月・9月 No.2

	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
はいぜん	さんどまめのごはん (小皿)  ごはん (茶碗) とりにくと くきめかめのかき揚げ (汁物)	トビウオの「はんぱん」 (小皿)  ごはん (茶碗) のっぺい汁 (汁物)	ほうろくのミートグラタン (小皿)  ごはん (茶碗) キャベツのスープ (汁物)	こまつばとじやんの いかにめし (小皿)  ごはん (茶碗) かんとうろう にくじゃが (汁物)	やきとり とりにくとでりやき (小皿)  ごはん (茶碗) なすの ひじきふかひ (汁物)
ひとくちメモ	つくだに なまえ ゆらい なん 佃煮の名前の由来は何で しょう? ① つくだ ② つくだ村 ③ つくだ村の人	つぎ 次のうち、トビウオの別名は 何でしょう? ① デコ ② アゴ ③ ハナ	「グラタン」とは、フランス語 でどんな意味でしょう? ① 熱い ② カップに入れる ③ おこげ	かんとうろう にく 関東風肉じゃがは、どの食 材が「関東風」でしょう? ① 肉 ② グリンピース ③ いも	セルフおにぎり 今日の給食は、セルフおに ぎり給食です。「セルフ」とは 「自分で」という意味がありま す。ふりかけを混ぜても、ごはん の真ん中に入れても、照り焼き を具にしても… 自分で、好み のおにぎりを作って楽しみま しょう。もちろん、おにぎりをさ わる手は石けんできれいに 洗っていますね…?!
	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)
はいぜん	けいろう ひ 敬老の日  ごはん (茶碗) はるさめスープ (汁物)	にくめしひじきどん (小皿)  ごはん (茶碗) はるさめスープ (汁物)	とりにくとこうそうやき (小皿)  ごはん (茶碗) キャベツのスープ (汁物)	ふたつとあつあつおにぎり (小皿)  ごはん (茶碗) キャベツのスープ (汁物)	かつおとだいずのあじ (小皿)  ごはん (茶碗) キャベツのスープ (汁物)
ひとくちメモ		つぎ 次のうち、春雨の材料になる のはどれでしょう? ① じゃがいも ② 緑豆 ③ さつまいも	「ラタトゥイユ」はこの国の 料理で、どこの料理でしょう? ① ドイツ ② フランス ③ イタリア	つぎ 次のうち、トックの仲間は何 れでしょう? ① とっくり ② チーズ ③ もち	毎月19日は食育の日 9月のあじは四国地方で す。「みかんごはん」は愛媛県の 郷土料理で、名産のみかんジュ ースを炊き込んだごはんです。「さわ さわ」はとろみのついた汁が特徴 の香川県の郷土料理。ほかに、 高知県特産のかつおや徳島県特 産のすだちも献立に登場します。 お楽しみに!

給食カレンダー 8月・9月 No. 3

	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)
はいぜん	ポークカレーライス (カレー皿)  かいそうサラダ (小皿)	しゅうぶん ひ 秋分の日	ふたにいくのアップルジンジャーソース きゅうりの中がりあえ (お皿)  ごはん (茶碗) ゆがゆすましじる (汁碗)	スラッピースョー (小皿)  ごはん (茶碗) コーンスープ (汁碗)	ししゃものこりめあてい ごんさいきんひら (お皿)  ごはん (茶碗) こまつすし (汁碗)
ひとくちメモ	今日の海藻サラダは、いつもとひと味違います。さて、何が違うでしょう? こたえ 海藻の種類が多い いつもの海藻サラダはわかめだけですが、今日はわかめの他にもいろいろな海藻が入っています。どんな海藻があるかな?		今日の大きいおかずのソースには、ある果物が入っています。何でしょう?  こたえ りんご 豚肉のアップルジンジャーソースは、その名の通りりんごやしょうがが入ったソースで炒めています。ごはんと一緒に食べましょう!	スラッピースョーとは、どこの国の料理でしょう? ① アメリカ ② カナダ こたえ ① アメリカ 「ぼろぼろこぼれる」という意味の「スラッピー」と、料理を考えたアメリカ人の「ジョー」さんが料理の名前の由来です。	今日のししゃもは、食べやすいようにある工夫がしてあります。それは何でしょう? こたえ 油で揚げて香ばしくしたししゃもは骨ごと食べるカルシウムたっぷりの魚ですが、苦手な人も… 今日食べやすいように、油で揚げて香ばしくしました!
	29 (月)	30 (火)			
はいぜん	ごまつくサラダ (小皿)  キムタクごはん (茶碗) ききりタンスープ (汁碗)	さやらのしおしお揚げ むけんピーマン (お皿)  ごはん (茶碗) さけにねん (汁碗)			
ひとくちメモ	キムタクごはんの「キムタク」とは、何のことでしょう? ヒント: ごはんの中には何が入っているかな? こたえ キムチとたくあん キムタクごはんは長野県で生まれた給食メニューです。漬物を食べやすいようにと考えられました。	無限ピーマンの「無限」とは、「無限に食べられるほど美味しい」という意味である。 ○か×か?  こたえ 無限ピーマンは、「無限に食べられるほど美味しい」という意味です。ピーマンが苦手な人も、ひと口チャレンジしてみましょう!			

しこく ちほう
四国地方ってどこにある??

