

給食カレンダー 11月 No.1



11月は読書月間です。

本の中のごはんが給食に登場します！

楽しく読んで、おいしく食べて、

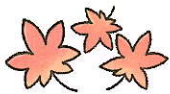
本の世界も 食の世界も 味わってください。

中学校にはない絵本をたくさん紹介していますが、
読んだことのある絵本も見つけてみましょう！



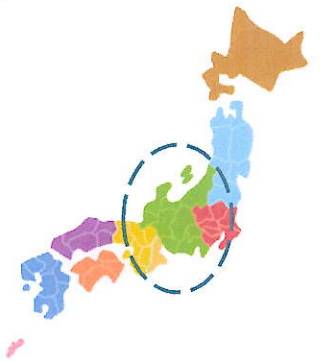
	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)
はいぜん	ぶんか 文化の日	へんしんレストランの「バビロン」(お皿) わかめスープ(汁碗)	キャベツのツナサラダ(小皿) いしこめ あげパン(パン皿) チンチンの グラム(汁碗)	ちくぜんに (お皿) さけりちりめん ちくぜんに (お皿) ごはん (茶碗) もずく汁 (汁碗)	ちくぜんに (お皿) さけりちりめん あげパン(小皿) ごはん (茶碗) マーボー だんご(汁碗)
ひとくちメモ		『へんしんレストラン』 あきやまだし/金の星社 	『糸子の体重計』 いとうみく/童心社 	筑前煮は福岡県の郷土料理ですが、別名何と呼ぶでしょう？ ① がめ煮 ② あめ煮 こたえ ① がめ煮 博多弁で「寄せ集める」ことを「がめくり込む」といいます。色々な食材を集めて煮込むことから「がめ煮」と呼ばれます。	11月8日はいい歯の日 いい歯の日に合わせて、かみかみ献立が登場です。小さいおかしに入っている魚は、「かえりちりめん」といいます。骨ごと食べられるので、しょうぶな歯に欠かせないカルシウムをたっぷりとることができます。よくかんで食べましょう。
	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
はいぜん	ごうやうふのしもの しょうまの ごはん(小皿) ごはん (茶碗) しょうまの しょうまの (汁碗)	いわしのカレーあげ(お皿) ごはん (茶碗) みずな菜 すまじい(汁碗)	ハリー・ポッターの シェパードパイ(小皿) ごぼうパン (パン皿) マリガトニ (汁碗)	夕方のしょうやうふのしもの しょうまの (お皿) ごはん (茶碗) スプーンおばさんの マカロニスープ(汁碗)	ごまにまめ(小皿) ごはん (茶碗) しょうまの (汁碗)
ひとくちメモ	『おいしそうなしょうま』 柴田ケイコ/PHP研究所 	『いわしは毎年必ず同じ量を獲ることができる。○か×か？』 こたえ × さかなの漁獲量は海水の温度に影響されます。今年のいわしは豊漁だそうで、たくさん食べられるといいですね！	『ハリー・ポッターと秘密の部屋』 J・K・ローリング さいせんしゃ/静山社 	『小さなスプーンおばさん』 アルフ=ブレイヨイセン/Gakken 	『ぽかぽか汁』の『ぽかぽか』のものは何でしょう？ ① しょうが ② 片栗粉 こたえ ①、② 両方 しょうがには体を温める成分が、片栗粉は汁の温かさを逃がさない役割があります。

給食カレンダー 11月 No.2



中部地方ってどこにある??

11月は中部地方のおいしい味をいただきます!



	17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)
はいぜん	とちやんちがっく とんかつ (お皿) ぬちやんちがっく ぬちがけ ごはん (茶碗) ぬちやんちがっく ぬちのめし (汁)	あきのカレーライス (カレー皿) ごはん (茶碗) くきやめとコーンのサラダ (小皿)	きりぼしのペパロンチーノ (小皿) モリくんのスイートポテト こがたパン (パン皿) ポルチ (汁)	じゃがいもとひじきのにもの (小皿) ごはん (茶碗) じゃがいも (汁)	さばのしょうがに (お皿) ほうれんそうともやしのおひたし ごはん (茶碗) ゆば (汁)
ひとくちメモ	『あっちゃん あがつく たべものあいうえお』 さいとうしのぶ / リーブル 	食べものの『旬』とは、どんな時期のことをいうでしょう? ① たくさんとれる時期 ② 栄養価が低い時期 こたえ ① たくさんとれる時期 たくさん収穫され、栄養価が高い時期のことを『旬』といいます。 今日のカレーには、秋が旬のさつまいもが入っています。旬の美味しさを味わっていただきましょう。	『モリくんのおいもカー』 かんべあやこ / くもん出版 	毎月19日は食育の日 11月の味めぐりは中部地方です。「さくらごはん」は静岡県の郷土料理で、しょうゆを炊き込んだ桜色のごはんです。「治部煮」は石川県の、「じゃがいもとひじきの煮物」は山梨県の郷土料理です。どんなこんだてか、詳しくは給食だよりを見てね!	11月24日は和食の日 『いい日本食』の語呂合わせから、11月24日は和食の日とされています。給食では、和食のよさである『だし』を味わう献立が登場します。さて、何のだしを使っているでしょうか? 答えは栄養士の先生に聞いてみよう!
	24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)
はいぜん	ふりかえきゅうじつ 振替休日 	きりぼしのつけもの (小皿) ごはん (茶碗) しょうゆラーメン (汁)	すずめんのかぼちのスクロップコロッケ (小皿) ぜんりゅうパン (パン皿) ミネストローネ (汁)	期末テスト 1日目 	じゃがいもとひじきの煮物 (お皿) ごはん (茶碗) たぬき汁 (汁)
ひとくちメモ	11月23日は勤労感謝の日 『勤労感謝の日』とは、働いていることや働いている人々を大切に、互いに感謝を伝え合う日です。給食も、生産者や食材を運ぶ人、調理員さんなど、たくさんの人たちの働きで支えられています。感謝の気持ちをこめて『いただきます』、『ごちそうさまでした』を伝えられるといいですね。	『かいけつゾロリ たべるぜ! おおぐいせんしゅけん』 原ゆたか / ポプラ社 	『ぐりとぐらとすみれちゃん』 なかがわりえこ / 福音館書店 		『ちつと汁』とは、どの献立のことでしょう? ヒント: 『た行』から消えているのは...? こたえ たぬき汁 た行から『た』が抜けているので、『たぬき汁』です。たぬき汁は、こんにゃくが入ったすまし汁のことです。