

きゅうしょくカレンダー 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。



	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)
はいぜん	ぶんかひ 文化の日	へんしんレストランの 「ハッピー」 (カレー皿) わかめスープ (汁わん)	キャベツの「リナサラダ」 (小皿) いとこのあげパン (パン皿) チーズのクリーム (汁わん)	ちくぜんに (お皿) きゅうりとさつまあげの ごまみそあん ごはん (茶わん) もずくじる (汁わん)	「ごいす」かえりちりめんの あけに (小皿) ごはん (茶わん) マーボー (汁わん)
ひとくちメモ		『へんしんレストラン』 あきやま だし 作・絵 ／金の星社 	『糸子の体重計』 いとうみく 作、佐藤真紀子 絵 ／童心社 	ちくぜんに ぶくおかけん きょうどりょう 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 いおかずに入っている魚は、 「かえりちりめん」といいます。 骨ごと食べられるので、じょう 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	こうやぼうふのいもの しろうまの ごはんのとも (セレクト) ごはん (茶わん) しょうゆのみそ (汁わん)	いわしのカレーあげ はくさいのすのもの (お皿) ごはん (茶わん) みずのすましじる (汁わん)	ハリー・ポッターの 「シバースパイ」 (小皿) こくとうパン (パン皿) マリカトニ (汁わん)	タラのこうろくやき いんじんサラダ (お皿) ごはん (茶わん) スコーンおぼろの マカロニスーフ (汁わん)	ごもくにまめ (小皿) ごはん (茶わん) まかぼろ (汁わん)
ひとくちメモ	『おいしそうなしろくま』 しばた ケイコ 作・絵 ／PHP研究所 	いわしは毎年必ず同じ量を と獲ることができる。○か×か？ こたえ × さかな ぎょくりょう かいすい おんど えい 魚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 作 まつおか ゆう やく 松岡 佑子 訳 ／静山社 	『小さなスプーンおばさん』 アルフ＝プリヨイセン 作 おおつか ゆうぞう やく 大塚勇三 訳 ビョールン・ベルイ 絵 ／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。

きゅうしょくカレンダー 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	<p>とちやんとかつ とんかつ (お皿) ねちやん ねかつ ねかつけ</p> <p>ごはん (茶碗) ねちやん ねかつ ねちやん ねかつ (汁碗)</p>	<p>あきのカレーライス (カレー皿)</p> <p>ごはん (茶碗) 小皿 (小皿) ぐきわめとコーンのサラダ</p>	<p>きりぼしのペパロニチー (小皿)</p> <p>モリくんの スイートポテト 小皿 (小皿) こかたパン (パン皿) ポルネチ (汁碗)</p>	<p>じゃがいもと ひじきのにもの (小皿)</p> <p>さくらごはん (茶碗) 小皿 (汁碗) じぶに</p>	<p>さばのしょうがに (お皿) しょうれんそうと もやし のいそかえ</p> <p>ごはん (茶碗) 小皿 (汁碗) ゆばの すまいる (汁碗)</p>
ひとくちメモ	<p>『あっちゃん あがつく たべものあいうえお』 みね よう 原案 さいとう のぶ 作 ／リーブル</p>	<p>食べものの『旬』とは、どんな時期のことをいうでしょう?</p> <p>① たくさんとれる時期 ② 栄養価が低い時期</p> <p>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。</p>	<p>『モリくんのおいもカー』 かんべ あやこ 作・絵 ／くもん出版</p>	<p>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、詳しくは給食日より見てね!</p>	<p>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? 答えは栄養士の先生に聞いてみよう!</p>
	24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)
はいぜん	<p>ふりかえきゅうじつ 振替休日</p>	<p>きゅうりのつけもの (小皿)</p> <p>ごはん (茶碗) 小皿 (汁碗) しょうゆラーメン</p>	<p>すみれちゃんの かぼちゃの スコップコロッケ (小皿)</p> <p>ぜんまいうどん (パン皿) ミネストローネ (汁碗)</p>	<p>しゅうみぎのてんぷら (お皿) チンゲンサイと しめじ のかきうあえ</p> <p>ごはん (茶碗) 小皿 (汁碗) もやし のみそ汁 (汁碗)</p>	<p>じゃがいもオムレツ (お皿) きりぼしと しめじ のごちそうあえ</p> <p>ごはん (茶碗) 小皿 (汁碗) たぬき汁 (汁碗)</p>
ひとくちメモ	<p>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たちを大切にし、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。</p>	<p>『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 作・絵／ポプラ社</p>	<p>『ぐりとぐらとすみれちゃん』 ながかわ りえこ 作 やまわき ゆりこ 絵 ／福音館書店</p>	<p>『おばけのてんぷら』 せなけいこ 作・絵 ／ポプラ社</p>	<p>『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…?</p> <p>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。</p>