

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。



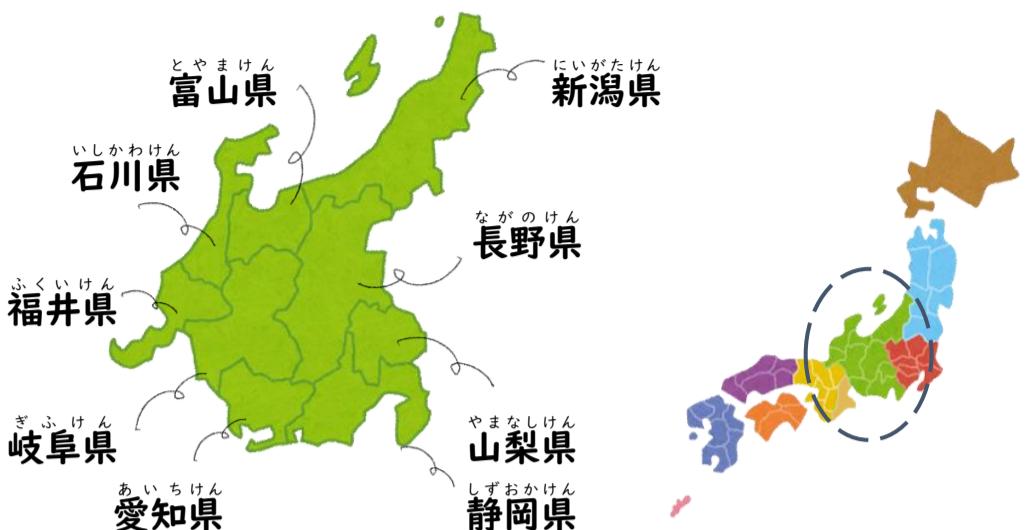
	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)
はいぜん	文化の日 	へんしんレストランの「ハビビン」(カレー皿) わかめスープ(汁椀)	キャベツのツナサラダ(小皿) いとこのあげパン(パン皿) フライドポテト(小皿) クリーム(汁椀)	ちくせんに(お皿) さくらとさつまあげのごまみそあえ ごはん(茶わん) もやじ(汁椀)	たこやき(お皿) あえりちらりめん(小皿) ごはん(茶わん) マーボーイタリアン(汁椀)
ひとくちメモ	『へんしんレストラン』 あきやまだし 作・絵 ／金の星社 	『糸子の体重計』 いとうみく 作、佐藤真紀子 絵 ／童心社 	ちくせんに筑前煮は福岡県の郷土料理ですが、別名何と呼ぶのでしょうか? 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、「かえりちらりめん」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! 	
はいぜん	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)
はいぜん	じくまのごはんのとも(セレクト) ごはん(茶わん) どんぶりのみぞしょ(汁椀) 	いわしのカレーあけ(はくさいのすのもの)(お皿) ごはん(茶わん) すまじる(汁椀)	ハリー・ポッターのシェハースペイ(小皿) ごはん(パン皿) マリカトニー(汁椀)	タラのこうじやき(くんじんサラダ)(お皿) ごはん(茶わん) スプーンおばさんのマカロニスープ(汁椀)	ごもくにまめ(小皿) ごはん(茶わん) ほがほかじる(汁椀)
ひとくちメモ	『おいしそうなしろくま』 柴田ケイコ 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 × さかなぎょかくりょう、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 松岡佑子 訳 ／静山社 	『小さなスプーンおばさん』 アルフ=ブリヨンセ 作 大塚勇三 訳 ビヨルン・ベルイ 絵 ／Gakken 	『ぽかぽか汁』の『ぽかぽか』のもとは何でしょう? 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>とちゅん とかづく とんかつ (お皿) みのちゅん まかづく まかづけ</p> <p>ごはん (茶わん) ねーちゃん ねがづく ねぎのみじる (汁わん)</p>	<p>あきのかーりーライス (カレー皿)</p> <p>ごはん (小皿) くわかめとコーンのサラダ (汁わん)</p>	<p>きばしのペペロンチーニ (小皿)</p> <p>もりくんの スイートポテト (小皿)</p> <p>こがねパン (パン皿) ホルミンチ (汁わん)</p>	<p>じやがいもと ひじきのにもの (小皿)</p> <p>だらごはん (茶わん) じぶに (汁わん)</p>	<p>さばのじょうかに (お皿) ほれんそともやしのいそかえ</p> <p>ごはん (茶わん) すまいる (汁わん)</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』</p> <p>みねよう 原案 さいとう しのぶ 作 ノリーブル</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。旬の美味しい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』</p> <p>かんべ あやこ 作・絵 ／くもん出版</p>	<p>まいつき 每月19日は食育の日</p> <p>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、「じやがいもとひじきの煮物」は山梨県の郷土料理です。どんなこんでか、詳しくは給食より見てね！</p>	<p>11月24日は和食の日</p> <p>『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 (茶わん) ジョリの ごはん (茶わん) ジョリーメン (汁わん)</p>	<p>すれわんのかほちやの スクリップコロッケ (小皿)</p> <p>ゼンリュウふん パン (パン皿) ミネストローネ (汁わん)</p>	<p>しおざかなのてんぷら (お皿) チゲンサイとしめじのかぶうあえ</p> <p>ごはん (茶わん) もやしの ごはん (茶わん) みじる (汁わん)</p>	<p>じやこりオムレツ (お皿) きりぼししたいこんのごすあえ</p> <p>ごはん (茶わん) たぬきじる (汁わん)</p>
ひとくちメモ	<p>11月23日は勤労感謝の日</p> <p>『勤労感謝の日』とは、働いていることや働いている人たちを大切にし、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>かいつけつゾロリ たべるぜ! おお 大ぐいせんしゅけん</p> <p>はら 原ゆたか 作・絵 / ポプラ社</p>	<p>ぐりとぐらと すみれちゃん</p> <p>なかがわりえこ 作 やまわき ゆりこ 絵 ふくいんかん しょてん 福音館書店</p>	<p>おばけのてんぷら</p> <p>せなけいこ 作・絵 ／ポプラ社</p>	<p>ちつてと汁とは、どの献立のことでしょう？</p> <p>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『ぬき』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>