

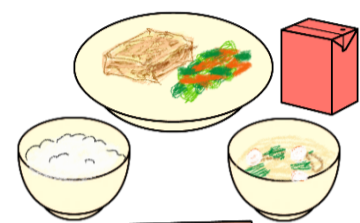

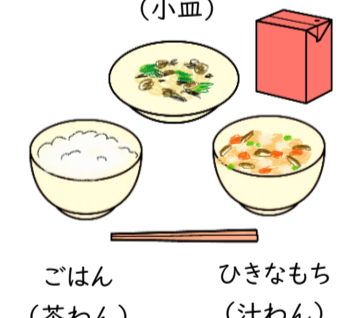
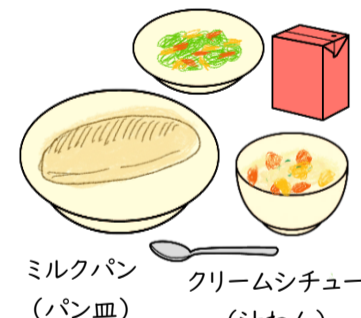
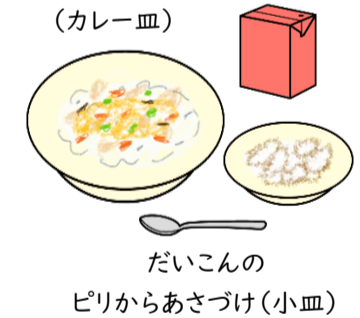

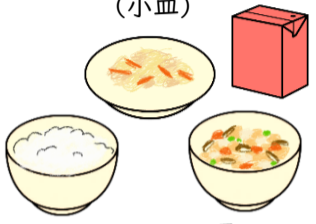
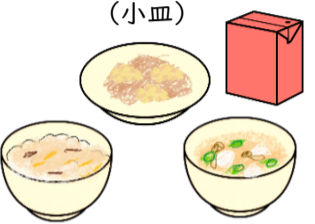


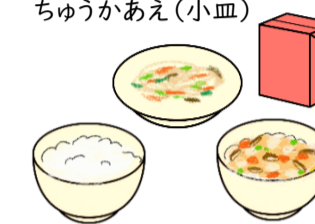
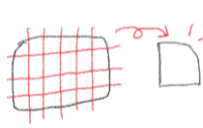
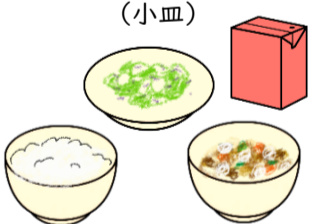
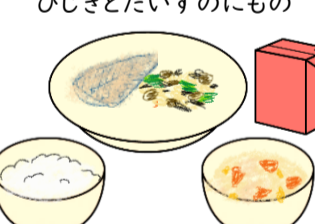
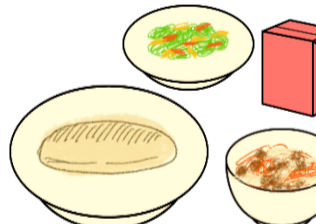
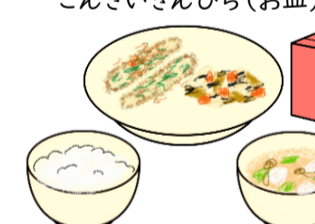
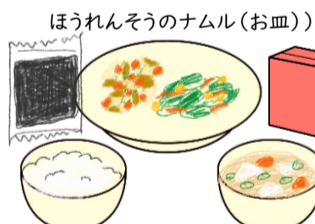




# きゅうしょくカレンダー 5月 No.1

	1 (金)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)
はいぜん	<p>だいずとかえりちりめんのあげに(小皿)</p>  <p>ごはん (茶わん)      とうふチゲ (汁わん)</p>	<p>こどもの日</p> 	<p>振替休日</p> 	<p>ポークカレーライス (カレー皿)</p>  <p>きゅうりのこんぶあえ (小皿)</p>	<p>ごぼういりつくね(お皿) こまつなのおかかあえ</p>  <p>ごはん (茶わん)      わかたけじる (汁わん)</p>
ひとくちメモ	<p>「チゲ」は韓国語でなんと いう意味でしょう? ① 肉 ② 豆腐 ③ 鍋</p> <p>こたえ ③ 鍋</p> <p>「チゲ」は韓国語で「鍋」という意味があります。キムチや肉、豆腐などを韓国みそで甘辛く煮込んだスープ料理です。</p>			<p>給食のカレーには、「チャツネ」という調味料を使っています。「チャツネ」とは、野菜や果物に香辛料(スパイス)を加えて煮込んだものです。カレーのかくし味に使うことで、コクやうま味がアップします。</p>	<p>「若竹汁」は、わかめとたけのこのすまし汁です。春から夏の初めに旬を迎えるわかめとたけのこは「出会い物」といい、相性がよいと言われています。季節を感じながらいただきます。</p> 
	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)
はいぜん	<p>ひじきのあえもの(小皿)</p>  <p>ごはん (茶わん)      ひきなもち (汁わん)</p>	<p>きびなごのからあげ(お皿) キャベツのごまあえ</p>  <p>ごはん (茶わん)      はるさめスープ (汁わん)</p>	<p>げんきサラダ(小皿)</p>  <p>ミルクパン (パン皿)      クリームシチュー (汁わん)</p>	<p>とりのしおこうじやき(小皿)</p>  <p>まめごはん (茶わん)      みだくさんのみそじる (汁わん)</p>	<p>きつねどん(カレー皿)</p>  <p>だいこんのピリからあざづけ(小皿)</p>
ひとくちメモ	<p>「引き菜もち」は、大根などの千切りを炒めた「引き菜炒り」にもちを入れた、福島県の郷土料理です。もちを食べるときに、大根を食べると胸焼けしないといわれますが、この「胸焼け」を「棟や焼け」にかけて、火事にならないようにとの願いを込めて食べられます。</p>	<p>新メニュー! 「きびなご」は、鹿児島県でよく食べられる魚です。鹿児島では「帯」のことを「きび」ということから、魚の体に走る青白い縦縞を「帯」と考えて「帯の魚」という説があります。身も骨もやわらかいので、から揚げにすると丸ごと食べられます。</p>	<p>給食では、クリームシチューのルウも手作りしています。バター、小麦粉、牛乳を使って焦げないように丁寧にベシャメルソースを作ります。手作りならではのやさしい味わいが特徴で、心も体もほっと温まります。</p>	<p>季節を感じる豆ごはんの登場です!今年も児童のみなさんにも豆むきを協力してもらいます。さやから丁寧に取り出してもらった豆は、昆布のだしを効かせたごはんと一緒に炊き込みます。季節を感じながらいただきます。</p> 	<p>きつね丼の「きつね」とは、どの食材のことでしょう? ① 油揚げ ② かまぼこ ③ しいたけ</p> <p>こたえ ① 油揚げ きつね丼は、甘辛く煮た油揚げのどんぶりです。これを卵でとじたものは「衣笠丼」と呼びます。</p>

# きゅうしょくカレンダー 5月 No.2

	18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)
はいぜん	<p>もやしのカレーいため (小皿)</p>  <p>ごはん プリプリちゅうか (茶わん) いため(汁わん)</p>	<p>しんじゃがのそばろに (小皿)</p>  <p>たきこみごはん はるキャベツの (茶わん) みそしる(汁わん)</p>	<p>タラのこうそうパンこやき きりぼしのペペロンチーノ(小皿)</p>  <p>こくとうパン オニオンスープ (パン皿) (汁わん)</p>	<p>ふくさたまご(お皿) ちくわのいりに</p>  <p>ごはん ほうれんそうの (茶わん) すましじる(汁わん)</p>	<p>きりぼしだいこんの ちゅうかあえ(小皿)</p>  <p>ごはん すぶた (茶わん) (汁わん)</p>
ひとくちメモ	<p>こんにゃくの日はいつでしょう?</p> <p>① 5月28日 ② 5月29日</p> <p>こたえ ② 5月29日 5月はこんにゃくの材料であるこんにゃくいもの種芋を植えつける時期であること、こんにゃく(5/29)の語呂合わせから決められました。プリプリ中華炒めには、いつもと違う白いこんにゃくがたくさん入っています。</p>	<p>毎月19日は食育の日 今年「旬を味わうくみやま野菜の日」をテーマに、久御山町でとれた「旬の野菜」を味わう献立を実施します。</p> <p>旬の野菜は水分や栄養素をたっぷり含み、甘みを強く感じられるのが特徴です。旬を味わい、地元のおいしさを再発見してみましょう!</p>	<p>タラの香草パン粉焼きに入っている、緑の香草は何でしょう?</p> <p>① 青のり ② パセリ</p> <p>こたえ ② パセリ パセリやバジルのような、香りの強いスパイスを「香草」といいます。魚の臭みを消し、料理を香りよく仕上げるはたらきがあります。</p>	<p>給食のつくねや卵焼きには、角が丸いものが紛れています。給食では、大きな卵焼きを焼いて切り分けて作っているため、角が丸くなってしまいます。角が丸いものはめずらしいので、当たればラッキーかも…?!</p> 	<p>今日の酢豚はいつもとひと味違います。さて、どこが違いますか?</p> <p>こたえ 味付け いつもの酢豚は味付けにケチャップを使っていますが、今日の酢豚は「黒酢」を使っています。酸味が強すぎず、食べやすい味付けです。</p>
	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)
はいぜん	<p>サンラーツァイ (小皿)</p>  <p>ごはん ジャーチャーめん (茶わん) (汁わん)</p>	<p>さばのごまやき(お皿) ひじきとだいずのもの</p>  <p>ごはん のっぺいじる (茶わん) (汁わん)</p>	<p>ほうれんそうのツナサラダ(小皿)</p>  <p>こがたパン ペンネのミートソース (パン皿) (汁わん)</p>	<p>ちくわのいそべあげ こんさいきんぴら(お皿)</p>  <p>ごはん だいこんのみそしる (茶わん) (汁わん)</p>	<p>やきのり、キンパのぐ (ぎゅうにくのいためもの ほうれんそうのナムル(お皿))</p>  <p>キンパ ワンタンスープ (ごはん(茶わん)) (汁わん)</p>
ひとくちメモ	<p>ジャーチャー麺の「ジャーチャー」とはどんな意味でしょう?</p> <p>① 肉みそのこと ② 麺を水で洗う音</p> <p>こたえ ① 肉みそのこと 「ジャーチャー」は「ひき肉を炒める」という意味です。肉みそと麺をからめていただきます♪</p>	<p>さばを漢字で書くと「鯖(魚へんに青い)」と書きますが、さばのどこが青いでしょう?</p> <p>① 目 ② 背 ③ 身</p> <p>こたえ ② 背 さばは青い背をした魚です。体によい脂質がたくさん含まれているのが特徴です。</p>	<p>「ツナ」とは、鶏肉のことである。 ○か×か?</p>  <p>こたえ × 「ツナ」とは英語でマグロ族のことで、ツナ缶はマグロやカツオなどの魚が材料になっています。</p>	<p>ちくわの穴は、笛にするためにある。 ○か×か?</p>  <p>こたえ × ちくわは、魚のすり身を太い串に塗りつけて作ります。焼いた後に串を抜くことで穴ができます。</p>	<p>新メニュー! 「キンパ」は韓国の料理で、「キン(キム)」は海苔、「パ(パプ)」はごはんの意味があります。給食では、具を2種類用意しました。のりでごはんと具を巻いて、自分でキンパを作ってみましょう!</p>