11月　給食ニュース

今年の10月は平年よりも気温が高い日が多くありましたが、日を追うごとに秋らしい季節になってきました。秋は「食欲の秋」といわれるように、秋の味覚が多く出回ります。給食でも、さつまいも、くり、きのこなどを使って、苦手な食材でも子どもたちが食べやすいように工夫して調理を行いました。

＜ 10月の給食を紹介します ＞

【さつまいもを使った料理】

さつまいもごはん

さつまいもと小松菜のみそ汁

さつまいもと小魚のあめがらめ

【くりを使った料理】

ごんぎつねごはん

マロンカップケーキ

【きのこを使った料理】

きのこのチーズ焼き

＜ 10月の行事食より ＞

4日(水) 10日「目の愛護デー」にちなんだ献立

ブルーベリーを使ったヨーグルトあえを作りました。

31日(火) ハロウィーン

かぼちゃを使ったカレー味のグラタンと、ハロウィーンかまぼこをいれた、かわいいスープにしました。

＜ 10月の「おはなし給食」「日本の郷土料理」「世界の料理」より ＞

17日(火) おはなし給食「ごんぎつね」

ごんぎつねごはん ・ 牛乳 ・ いわしのかば焼き
さつまいもと小松菜のみそ汁 ・ かき

26日(木) 世界の料理「オーストラリア」

黒パン
牛乳
ヘルシーミートパイ
ブロッコリーサラダ
ABC スープ

ミートパイは、大豆を細かくしたものをいれて、ボリュームがあっても、カロリーを抑えてヘルシーに仕上げています。

30日(月) 日本の郷土料理「広島県」

わにフライを手作りしている様子

【献立の紹介】
＊広島菜ごはん・・・・・漬物に使われることが多い広島菜は、高菜、野沢菜と並ぶ三大漬菜の一つです。
＊わにフライ・・・・・・・・「わに」とは広島の方言で「さめ」のことをいいます。
＊野菜のレモン風味あえ・・・・・・あたたかな気候はレモンの生産量が日本一です。
＊団子汁・・・・・・・大根やにんじんなどの野菜や鶏肉、団子をいれて、みそ味で仕上げた郷土料理です。