

11月10日(水)

きゅうしょく

おはなし給食

けずいぶし

オルタネートから
とうもろこしおこわ

サラダでげんきから
いっちゃんのサラダ

とんじる



きょうのひとくちメモ

おはなし給食…

第4弾! 『オルタネート』からとうもろこしおこわと1年生が勉強した『サラダでげんき』から主人公のりっちゃんがおかあさんのために作ったサラダを作りました。

いつもとは違った給食の献立なので、楽しみが増えますね。あっ! のらねこのおすすめのかつおぶしは、ちゃんとサラダにかけて、食べてくださいね!



11月11日(木)

6年修学旅行



むぎいごはん



タラとあさいの
チリソースいため



はるさめ

ちゅうかスープ

きょうのひとくちメモ

はるさめ・・・

はるさめには2種類あり、もやしの原料である緑豆から作った緑豆春雨とじゃがいもやさつまいもから作った春雨があります。形は白く似ていますが、材料の違いから、食べた時の食感が違います。食べ比べができる機会があれば、ぜひその違いを試してみてください。ちなみに、今日の春雨は、緑豆春雨です。

春雨

じゃがいもやさつまいものでんぷんが原料。緑豆春雨とくらべると太いのが特徴で、もどりが早く、煮汁をたっぷりと含みます。ただし、コシが固く伸びやすいので煮すぎには注意して。



緑豆春雨

もやしの原料となる緑豆のでんぷんから作られます。細く光沢があり、コシがあるのが特徴。熱湯でもどしたり、長い時間煮ても伸びにくく、煮溶けてしまうこともありません。

11月12日(金)

6年修学旅行

もやしのにいそべあえ



ポークコロッケ

むぎいごはん

だいこんの
ちゅうかに

きょうのひとくちメモ

だいこん・・・



ひだり ^{しゃしん} 左の写真のように、
^{あたま} 頭と ^は 葉の部分は ^{ぶぶん} 土の
^{うえ} 上に、^{のこ} 残りは ^{つち} 土の中
^{そだ} で育ちます。
^{ふゆ} 冬が ^{しゅん} 旬とされる ^{やさい} 野菜
です。

^{にもの} 煮物や ^{みそしる} 味噌汁など ^{まいにち} 毎日の ^{しょくたく} 食卓に ^か 欠かせない ^{やさい} 野菜ですね。
^{なま} 生の大根には、^{だいこん} ジアスターゼという ^た 食べ物の ^{もの} 消化を ^{しょうか} 助けてくれ
^{こうそ} る酵素が ^{ふく} 含まれていて、^{だいこん} 大根おろしにして ^や 焼き魚など ^{ざかな} と一緒に
^{いっしょ} いただきます。

11月15日(月)

おはなし給食

七五三



きょうのひとくちメモ

七五三



...

7歳、5歳、3歳の子どもの成長を祝う日本の年中行事です。神社・寺などで「七五三詣で」を行い、報告、感謝、祈願を行う奉告祭の一つです。

ちょうど1年生の女の子たちは、七五三の時期になりますね。健やかに成長できたことに感謝して、今日の給食は、お祝いちらし寿司にしました。



おはなし給食 第5弾! 『みんなのおすし』の本のちらし寿司を再現しました。今年も、たくさんの本とコラボして、給食に登場しましたね。これからも、給食は、食べることを学ぶ時間として、本を読むことと同じくらい大切にしてください。



11月16日(火)

みや **宮っこランチ** あき **秋**

きいぼしだいこんのポンずあえ



モロのからあげ

むぎなしごはん

せんだうなべ

きょうのひとくちメモ

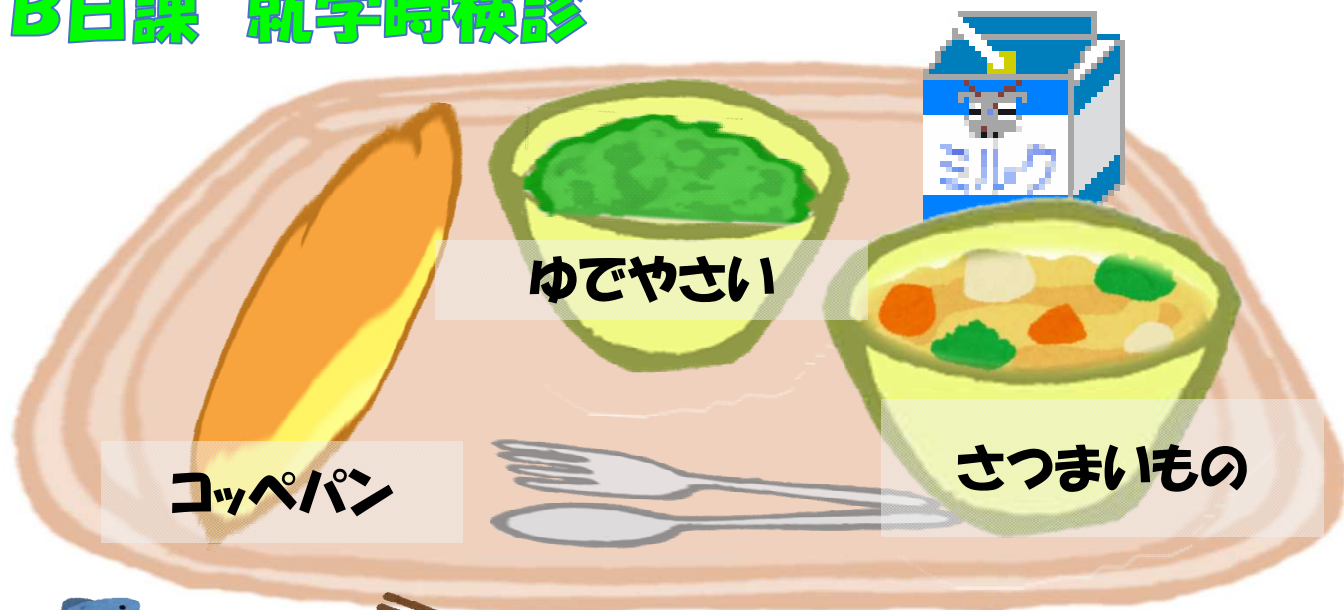
みや **宮っこランチ** あき **秋...**

うつのみやしでは、1年に4回（春・夏・秋・冬）の宮っこランチといううつのみやしの郷土料理や特産物を活用した献立を作成し、給食としてみなさんに届けています。ぜひ、この機会に、うつのみやしについて理解を深められるようき気になったことについて調べてみてくださいね。

では、今回の給食の船頭鍋について
うつのみやし北東部にある清原地域では、江戸時代に鬼怒川の水流を利用して、船で物資の運搬を行っていた頃、船頭たちが地元で採れる食材を利用して作り、食べていた鍋です。その時代、行きかう船は、100隻を超えていたそうです！

11月17日(水)

にっか しゅうがく じ けんしん
B日課 就学時検診



ち さん ち しょう
地産地消 きょう とく じ ら まち しよくざい
今日の徳次郎町の食材

コッペパン・さつまいも・キャベツ

きょうのひとくちメモ

ち さん ち しょう
地産地消・・・

きょう きゅうしよく じもと きぎょう たき かねだ や つく じち
今日の給食は、地元企業の滝の金田屋さんで作ったパンや地
と の う か い け だ さ だ お そ だ や さ い つ か つ く
元農家の池田貞夫さんが育てた野菜を使って作っています。

じぶん す ばしよ つく しよくざい つか た ちさ
自分たちの住む場所で、作られた食材を使い食べることを地
ん ちしろう
産地消といいます。

じぶん す ちい き し ちい き よ りかい
自分たちの住む地域のことを知ること、地域の良さを理解
でき、愛着をもてるようになります。

ちさん ちしろう すす じぶん す
これからも、地産地消を進めていきますので、自分たちの住む
ちい き も あ ひと そだ
地域を盛り上げていける人に育ててください。