

10月17日(月)



きょうのひとくちメモ

きのこ...

秋の味覚のひとつにきのこがあります。低カロリーで栄養はあまりなさそうですが、お腹を掃除してくれる食物繊維や、食べたものをエネルギーに変えるときに必要なビタミンBが多く含まれています。今日の給食のハンバーグにかけのソースには、ぶなしめじ・えのきたけ・まいたけが入っています。

きのこっこっこ げんきのこ

きのこ組



10月18日(火)

ひじきぱっぱ

ホキのマリネ

しんまいのごはん

きりぼしだいこんの
いためもの

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

こめ(しんまい)

きょうのひとくちメモ

きりぼしだいこん
切干大根...

きりぼしだいこんは、だいこんをほそくきり、てんぴでほしてかんそうさせた食材です。たいようのひかりをあとうかあまみさらにまし、えいようかそうかどうりようなまだいこんくら場合、ほねはじょうぶするカルシウムは15倍、ひんけつをよぼうさようがあるてつぶんはいえいようかひじょうたかしよくざい栄養価は非常に高い食材です。



みなさん！ きづいていますか？10月13日から麦を入れない米100パーセント！しかも、しんまいじもとのうかふくだ松男さんのそだこめ育てたお米です。

10月19日(水)

こうよう ちいき がっこうえん とういつこんだて
晃陽地域学校園統一献立



ゆでやさい

といにくの

カレーマヨネーズやき

KOYOメロンパン

ミネストローネ



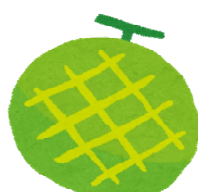
きょう とく じ ら まち しょくざい
今日の徳次郎町の食材

KOYOメロンパン・じゃがいも

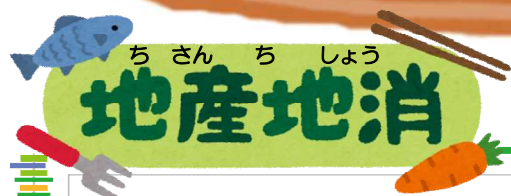
きょうのひとくちメモ

KOYOメロンパン...

こうようちいき
晃陽地域ではおなじみの手づくりメロンパンです。日本発祥
の菓子パンのひとつで、パンのうえにクッキー生地をのせて焼
きます。見た目がメロンに似ているから、メレンゲパンがなま
ってメロンパンになったからなど、メロンパンの名前の由来は
いろいろあります。メロンパンは、メロンの果肉やクリームが入
ったものなどさまざまな味が楽しめるパンです。



10月20日(木)



今日の徳次郎町の食材

こめ(しんまい)

きょうのひとくちメモ

麻婆豆腐...

麻婆豆腐は、中華料理の一つです。挽肉とねぎなどの野菜を唐辛子・豆板醤などで炒め、鶏ガラスープを入れて、豆腐を煮る料理です。

甘辛い味はごはんによく合い、ヘルシーな豆腐も、あっという間にたくさん食べてしまいますね。

給食では、ひき肉と豆腐だけでなく、たけのこ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、にら、長ねぎとたくさんの野菜をいれて、体にうれしい麻婆豆腐になっています。

10月21日(金)

うんどうかいまえきゅうしょく
運動会前給食

しょうりのあかしろゼリー



いよくおうしょくやさい
カレーライス

ゆでやさい



ちさんちしょう
地産地消

きょう とくじらまち しょくざい
今日の徳次郎町の食材

こめ(しんまい)・さつまいも

きょうのひとくちメモ

あした うんどうかい
明日は運動会...

あす
明日はみなさんが^{たの}楽しみにしている^{うんどうかい}運動会です。
あかぐみひと しろぐみひと
赤組の人も白組の人も、みなさんがんばってください！
きゅうしょくしつ
給食室からは、あした うんどうかい せいこう
明日の運動会が成功するように、「勝利の
あかしろ
赤白ゼリー」をつくりました。
うえ
上にのっているゼリーが、じぶんいろ
自分の色のものを取ってください
いね♡

