

11月1日(火)

ぎょうざ まつ ぎゅうしよく
餃子祭り給食

はるまき

ぎょうざめし

チンゲンサイと
とうふのスープ

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・キャベツ

きょうのひとくちメモ

う つ の み や ぎ ょ う ざ ま つ 宇都宮餃子祭り・・・

11月5日土曜日に、3年ぶりとなる宇都宮餃子祭り2022が宇都宮城址公園で開かれます。

このイベントは、餃子の消費量が多い宇都宮の餃子を味わってもらい、宇都宮の餃子をより盛り上げることと、宇都宮市の良いところを広く知ってもらうために行われています。

みなさんも、足を運んでみてはいかがでしょうか！



11月2日(水)



きょうのひとくちメモ

ちさんちしょう
地産地消...

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。

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産地消といいます。

自分たちの住む地域のことを知ることで、地域の良さを理解でき、愛着がもてるようになります。

これからも、地産地消を進めていきますので、自分たちの住む地域を盛り上げていきましょう！

11月4日(金)

きゅうしょく

おはなし給食

お話
給食

やきいも

あきのかおりの
ミートソーススパゲティー

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よくざい
今日の徳次郎町の食材

キャベツ・さつまいも

きょうのひとくちメモ

きゅうしょく
おはなし給食...

おなこうようちいきがっこうえんしのいしょうがっこうほんとど
同じ晃陽地域学校園の篠井小学校からおすすめの本が届きました。
「もりのスパゲッティやさん」です。

まいにちじかいてん
毎日12時に開店するこぶたのスパゲッティやさんは、開店の
じゅんびおおいそが
準備で大忙し。きのこが見当たらず、あわてて探しに出かけま
す。おいしいミートソース
スパゲッティは出来上がるの
でしょうか！

きょうきゅうしょく
今日の給食は、

「もりのスパゲッティやさん」
からミートソーススパゲッティが
と飛び出してきました！



11月 7 日(月)

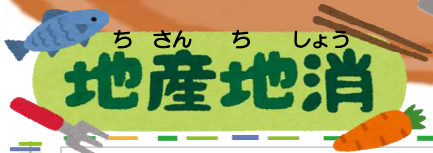
は ひ きゅうしょく
いい歯の日給食

あおいんごグミ

アンサンブルエッグ

ゆでやさい

チキンライス



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

きょうのひとくちメモ

は ひ
いい歯の日...

きょう がつ か は こ ろ あ
今日11月8日は、語呂合わせにより、1 (い) 1 (い) 8
(は) と読み、いい歯の日になりました。

いい歯を保つためには、食後の歯みがきはとても大切です。また、歯をつくる成分であるカルシウムの多い食べ物をとることや固いものや辛いものすっぱいものを食べて、唾液をたくさん出すようにすることも大切です。今日の給食では、すこし固い青りんごグミをつけました。口の中でよくかんで、唾液をしっかりと出して、歯を大切にしてください。

噛みごたえのある食品を取り入れる

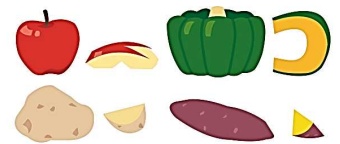
かたいもの、繊維質の多いもの、弾力のあるものなど。



切り方を大きめに



皮つきのままで



11月8日(火)

おべんとうの日^ひ



おはしをわすれて
しまったひとは、
せんせいにつたえ
てね!

からだ・心・くらし・環境に健康な1食
「3・1・2弁当箱法」



主食

主菜

副菜



じぶんでかかわりをもったおべんとう

きょうのひとくちメモ

おべんとうの日^ひ...

いま ねんまえ おや こ せんせい とも かんが き かい
今から14年前に、親と子と先生とで共に考える機会を
もう べんとう ひ どうにゅう き かい しよく
設けようと、お弁当の日が導入されました。この機会に食
けんこう かんしん たか しよくじ かか かん
と健康への関心を高め、食事に関わるあらゆるものへの感
しゃ き も そだ
謝の気持ちを育てていきます。

べんとう かか かた
お弁当への関わり方は、いろいろな形があります。今日
べんとう しやしん けいじ
のお弁当の写真は、ランチルームに掲示します。
すてき べんとう み
素敵なお弁当を見せてくださいね♡

がっこう きょうざいえん いじょう と
学校の教材園で、400kg以上のさつまいもが採れました。

きゅうしよくしつ
給食室で、スイートポテトにしましたよ!

いきるちからはぐくもう!



11月9日(水)

ち いき きょうぎ かい
地域協議会
きゅうしょく
ふれあい給食

お話
給食

てづくりいんごゼリー

スライスチーズ

シタス

ポークハム

ハイジのパン(きいめいり)

きのこのスープ

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

ハイジのパン・りんご・りんごジュース

きょうのひとくちメモ

しょうじょ
アルプスの少女ハイジ...

いま 48 ねんまえ ねん 1974 ねん 1 ねんかん だけ 52 話 わ ほうえい 放映されたアニメです。今でもそのかわいいキャラクターは、文房具などで目にすることがあり、テレビのCMにも使われていますね。

そこで、今日の給食では、アルプスの少女ハイジの世界を再現した給食にしました。今日のために滝の金田屋さんに、特別にハイジの白パンを作ってもらいました。

こんな楽しい給食もたまにはいいですね！



11月10日(木)



きょうのひとくちメモ

ちくわの二色揚げ...

ちくわを十字に4つに切り分けたものを、青のりと天ぷら粉を水で混ぜたものとカレー粉と天ぷら粉を水で混ぜたものの2種類の衣を作り、揚げています。ちくわが油の中で、ふわっと膨らんだら、出来上がりです。

ちくわは、どれでしょう？

ちくわは、白身魚をすりつぶし、塩や調味料を加え、焼いた練り製品です。そのままだでも食べられるお手軽で、お魚のうまみが詰まったおいしい食材ですね！

