



# 月給食献立配膳図

給食配膳の参考にしてください。一口メモなども読んでくださいね。

<p>2(月)</p>  <p>八宝菜と中華丼の違いは何だろう。実は、八宝菜をご飯にかけたものが中華丼と呼ばれているだけで、具材や作り方に違いはありません。八宝菜の発祥は中国で、「八」は8種類ではなく「たくさん」の意味です。なーんだと思わないでね。</p>	<p>3(火)</p> <p>豆乳バナナコッタ はちみつレモン風味</p>  <p>今日は、パンにチキンカツ・キャベツ・トマト&amp;マスタードをはさんで食べてみましょう。チキンは、給食室で手作りしました。サクッ、サクッという音がたまりません。 バナナコッタは、イタリア発祥の洋菓子。イタリア語で「煮詰めたクリーム」という意味があります。</p>	<p>4(水)</p>  <p>つくねバーグは、鶏肉と豆腐を材料にしたハンバーグです。美味しいし、良質なたんぱく質がとれるし、まいたけご飯の具もあるし、甘利田先生もきっと舞いを踊ってくれることでしょう。</p>	<p>5(木)</p>  <p>切干大根をおひたしに入れる理由って・・・それは、成長期のみさんに必要なカルシウムを補うためじゃ。噛み応えもあるし、歯を丈夫にするためでもあるんじやよ。 でも、今日のおひたして、クセがすごい!</p>	<p>6(金) 目の愛護デーメニュー</p>  <p>今日は、1年生の給食委員が考えた目の愛護デーメニューです。目によい食材として、王道のブルーベリー・人参・かぼちゃ・ほうれん草が入っております♡ 自分の健康のために、普段の生活を見直すきっかけにもらえたらと思います。</p>
<p>9(月)</p>  <p>学期間休業日</p>	<p>10(火)</p>  <p>学期間休業日</p>	<p>11(水)</p>  <p>学期間休業日</p>	<p>12(木)</p>  <p>～給食カレー人気ランキング発表～ 第1位 チキンカレー 第2位 ボークカレー 第3位 エッグカレー(うずら卵) 第4位 ビーフカレー 第5位 シーフードカレー 今日は久々のエッグカレーの登場。1人2個位は入っているかも。</p>	<p>13(金)</p>  <p>給食の焼きそばは、オープンで麺を蒸してから炒めた具に混ぜ合わせます。大きな釜で混ぜるのですが、ベテラン調理員さんじゃないと、これがうまくいかない。美味しい焼きそばをありがたくださいませう。</p>
<p>16(月)</p>  <p>宇都宮市は餃子の町として全国的に有名です。みなさんの家でも食べることが多いと思います。今日の給食は焼き目がついた餃子です。ドレッシングをかけても美味しいので、ぜひ試してみてくださいね。</p>	<p>17(火)</p> <p>オレンジ(2切)</p>  <p>ハンバーグのソースには、えのき・しいたけ・しめじを使っています。きのこのうま味をガッツリ感じます。秋を感じますね。それにしても、ハンバーグと和風ソースの組み合わせって、さいごう。</p>	<p>18(水)</p> <p>果産乳ヨーグルト</p>  <p>味噌汁に と、豆乳を投入するだど?何のために? 給食では、美味しさも口当たりもまろやかにさせるため、そしてたんぱく質を多くとってもらうために投入しました。見た目と反して、とても美味しいんです。</p>	<p>19(木)</p>  <p>じゃがいも料理はおかずにならない・・・なんて声が聞こえたりして(;_;)でも、しつかり、ごま油と醤油の味がしみこんでいるので、ご飯が進んじゃいます。80kgのじゃがいもをちょうど良い味に仕上げるのって、大変なことです。調理員さんありがとうございます。</p>	<p>20(金)</p>  <p>いかとさつまいもを油で揚げ、甘辛いたれにからめました。パンとの組み合わせで、口の中の水分がもっていかれるかもしれません(*_*)なので、よく噛んで食べましょう。</p>
<p>23(月)</p>  <p>奈良県の吉野山が葛の産地であることから、すまし汁にくず粉を溶いてとろみをつけた汁を「吉野汁」と呼びます。口当たりがよく、冷めにくいのが特徴です。</p>	<p>24(火)</p> <p>みかん</p>  <p>陽南中では、ひじきと大豆の炒り煮が大人気です。残さず食べることは、食品ロス削減にもつながります。これからは食品ロスを減らすために、学校でできること、家でできることは何なのかを考え、行動に移せる人になってほしいと思います。</p>	<p>25(水)</p>  <p>文化祭 (給食はありません。)</p>	<p>26(木)</p>  <p>やっと、待ちわびた揚げパンの登場です。夏は衣が溶けやすいので、秋から給食に出てくる揚げパンは、やはりココア味が大人気。ココアを口の周りにつけながら、味わってください。</p>	<p>27(金) 十三夜メニュー</p>  <p>今日は十三夜メニューです。十三夜も、秋の収穫の喜びをお祝いする行事。昔からこの日は、栗や豆をお供えする風習があります。ということで、給食のおこわに、栗を入れてみました(´▽`) / 今夜は満月がみられるといいですね。</p>
<p>30(月)</p>  <p>いわしの調理実習を思い出す人がいたかもしれません。あんな大変だった(いわしを開く)作業を給食室では800回も繰り返すのです。手間のかかった料理は、やっぱり美味しいのよ。</p>	<p>31(火) ハロウィンメニュー</p>  <p>今日はハロウィンメニュー。初登場料理として、いちごピューレが入った米粉パンは横西小からのおすすめパンです。スープには、かぼちゃとスター人參とスター型の餅が入っています。スターだらけ。</p>			