

給食だより



令和5年11月号

千代田町学校給食センター

おうちのひととよんでね



今月の給食目標
感謝して食べよう

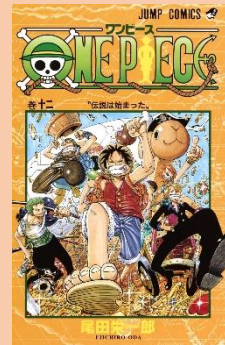
毎月19日は
「いただきます」の日



秋もいちだんと深まり、菊の花や紅葉が目を楽しませてくれる季節となりました。魚、野菜、きのこ、くだものなどもいっそうおいしさを増す時季です。冬の訪れに備えて、豊富な食材をバランスよく取り入れた食事で寒さに負けない体づくりをしましょう。

秋の夜長を楽しもう！ブックメニュー

秋は一年の中で夜が一番長い季節です。特に秋分の日を過ぎると、だんだん夜が長くなるのが感じられることから「秋の夜長」という言葉が使われるようになりました。秋は涼しく、夜になると静かになることから本を読むのに適しているため「読書の秋」ともいわれています。今月は、本に出てくる料理を給食で再現してみました。図書室や図書館で借りることができる本もあります。また、図書室は他にも楽しい本がたくさんあります。ぜひ読書の秋を楽しんでください。



11月10日

尾田栄一郎作「ONE PIECE」
エレファント・ホンマグロのソテー

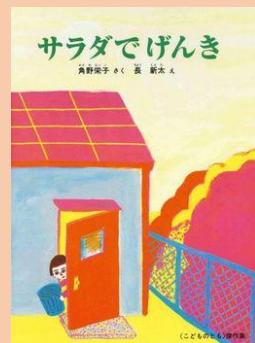
海賊王ロジャーが遺した「ひとつなぎの大秘宝」ワンピースを探す旅を続けるルフィーとその仲間たち。今回はサンジの作った魚料理を再現します。



11月17日

東野圭吾作「流星の絆」
洋食店 アリアケのハヤシライス

幼いころ、両親を殺されてしまったようよくてん。洋食店アリアケの三兄弟。その後、詐欺をして暮らしていた彼らの前に犯人とよく似た人物が現れます。この日は洋食店アリアケのメニューの一つ「ハヤシライス」を提供します。



11月28日

角野栄子作「サラダでげんき」
りっちゃんのげんきサラダ

りっちゃんはお母さんが病気になってしまったので、なにかいいことをしてあげたいと考えます。いろいろな生き物にアドバイスをもらってできたりっちゃんのサラダを一緒にみんなで食べましょう。



11月28日

モンゴメリ作「アン青春」
ソースたっぷりグリルチキン

16歳になったアンは、プリンス・エドワード島の教師になり子どもたちを教えたり、村の改善協会を立ちあげたりと大奮闘。アンと親友のダイアナがお客様のためにつくった料理のひとつ、グリルチキンを再現します。

給食で日本一周

11月は、和歌山県と香川県の郷土料理をご紹介します。



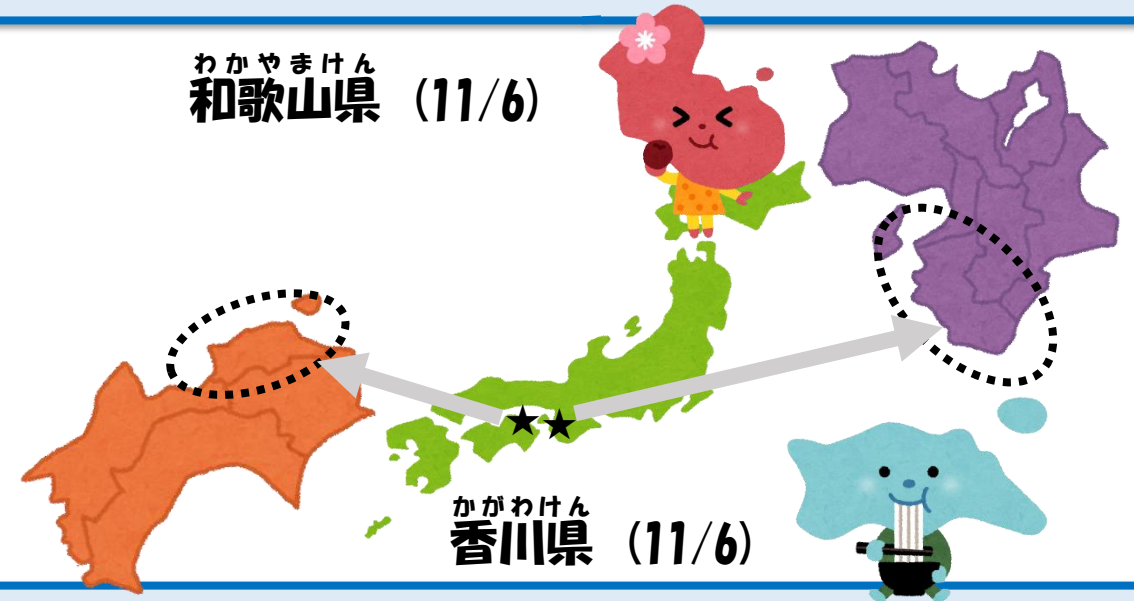
金山寺みそあえ

和歌山県には、「金山寺味噌」という昔ながらの味噌があります。これは、みそ汁などの調味料としての味噌ではなく、ご飯のお供やお酒のつまみとして食べるものです。この日は和え物として食べることにしました。

高野豆腐と野菜の煮物

高野豆腐は和歌山県の高野山で生まれたと言われています。保存ができておいしい高野豆腐は高野山にある多くの寺で作られ、お参りに来る人に売られるようになりました。江戸時代にはお土産として大人気だったそうですよ。

和歌山県 (11/6)

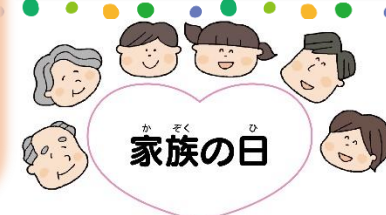


しっぽくうどん

寒い時期によく食べられる料理です。里芋やにんじんなどの具を煮込んで、ゆであうどんにかけて食べるのですが、この日は、うどんを汁につけて食べてください。香川県は「うどん県」と自ら名乗るほど、うどんで有名なところですよ。

まんばのけんちゃん

「まんば」とは香川県でとれる野菜の名前です。「けんちゃん」は誰かのあだ名ではなく、「けんちゃん」のことで豆腐と野菜の炒め物のことを言います。「まんば」は香川県以外では。ほとんど手に入らないので、小松菜を使って作ります。



家族の日

11月の第三日曜日は「家族の日」です。また、この日は19日で「いただきますの日」でもあります。一緒に食事をする時間を増やして、家族の時間を大切にできるといいですね。