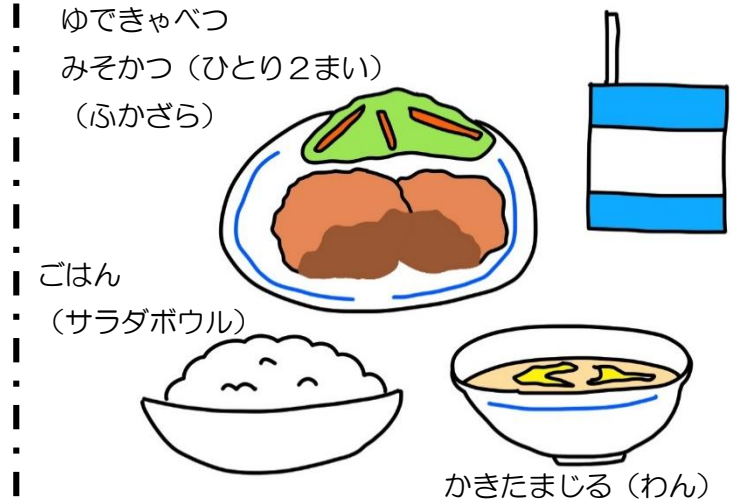


❀ ランチタイムレター ❀

へいせい ねん がつよっか げつようび
平成29年12月4日 月曜日

きょう こんだて 今日の献立

- ごはん
- みそかつ
- ゆできゃべつ
- かきたまじる
- ぎゅうにゅう



きょう
今日は、「みそかつ」について話をします。

みそかつは、^{あいちけん なごやし}愛知県名古屋市でうまれた料理です。とんかつに、^{りょうり}

^{はっちょうみそ}「八丁味噌」という名前の味噌を使ったソースをかける料理

です。^{はっちょうみそ}八丁味噌は大豆から作られる味噌で、^{いろこ}色が濃いのが特徴
です。

みそかつは、^{しん}新メニューです。ソースも^{きゅうしょくしつ}給食室でつくりました。

^{あじ}よく味わって^た食べてください。

^{なごや}名古屋といえば・・・



なごやしやう
名古屋城



ナゴヤドーム



^{てぼきまき}「手羽先」や
「ひつまぶし」
^{ゆうめい}も有名です。



❀ ランチタイムレター ❀

へいせい ねん がついつか かようび
平成29年12月5日 火曜日

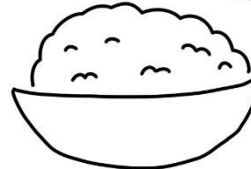
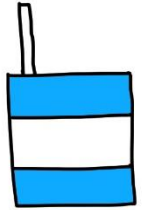
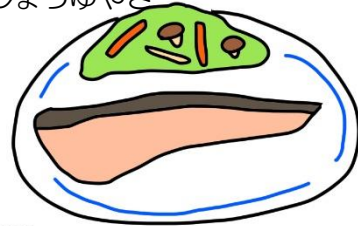
きょう こんだて 今日の献立

- ごはん
- さけのバターじょうゆやき
- からしあえ
- みそしる
- ぎゅうにゅう

からしあえ

さけのバターじょうゆやき

(ふかざら)



ごはん (サラダボウル)

みそしる (わん)

きょう つか
今日は、「さけのバターじょうゆやき」に使ったバターについて

はなし
話をします。

バターはとても歴史のある食べ物で、6千年前からつくられて

いたといわれています。持ち運びやすいため長旅にも持って

いき、食べるだけではなく、傷薬としても使われました。

バターには質の良い脂肪が含まれ、ビタミンもたくさん入って

います。バターを料理に使うと「コク」が出ておいしくなります。

きょう きゅうしょく あじ のこ た
今日の給食もよく味わって、残さず食べましょう。

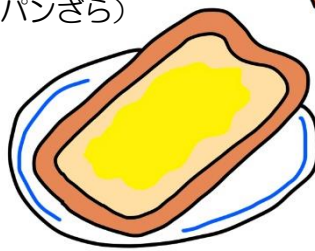
❀ ランチタイムレター ❀

へいせい ねん がつむいか すいようび
平成29年12月6日 水曜日

きょう こんだて 今日の献立

- チーズトースト
- ハンガリアンシチュー
- オレンジゼリー
- ぎゅうにゅう

チーズトースト
(パンざら)



オレンジゼリー



ハンガリアンシチュー
(ふかざら)



きょう はなし
今日は、「ハンガリアンシチュー」について話をします。

ハンガリアンシチューはハンガリーという国で有名なシチュー

です。ぶたにく やさい に こ あじ りょうり
です。豚肉と野菜を煮込んだ、トマト味の料理です。

ハンガリー料理はりょうり とうがらし つか から
ハンガリー料理は唐辛子やパプリカをたくさん使い、辛いのが

とくちょう きゅうしょく から こな
特徴です。給食ではあまり辛くできないので、「パプリカ」を粉

にしたものをすこ い
にしたものを少し入れました。

よくかんで、のこ た
よくかんで、残さず食べましょう。

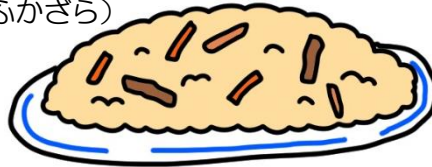
❀ ランチタイムレター ❀

へいせい ねん がつなのか もくようび
平成29年12月7日 木曜日

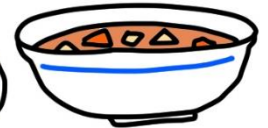
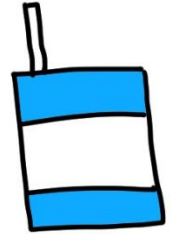
きょう こんだて 今日の献立

- しょうがやきふうまぜごはん
- けんちんじる
- だいがくいも
- ぎゅうにゅう

しょうがやきふうまぜごはん
(ふかざら)



だいがくいも
(サラダポウル)



けんちんじる (わん)

きょう
今日は、「さつまいも」に関するクイズをします。

さつまいもは、日本で1年間に89万トンくらい収穫されます。

では、日本で1番多くさつまいもが収穫できる都道府県は、次の
3つの内、どこでしょう？

- ①北海道 ②鹿児島県 ③茨城県

せいかい
正解は、②の鹿児島県です。鹿児島県は昔、「さつま」と呼ばれ

ていました。外国から「さつま」に伝えられたので「さつまいも」

なまえ
という名前になったそうです。

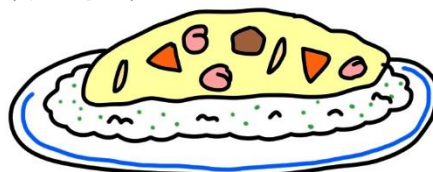
❀ ランチタイムレター ❀

へいせい ねん がつようか きんようび
平成29年12月8日 金曜日

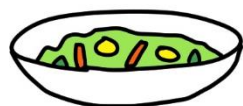
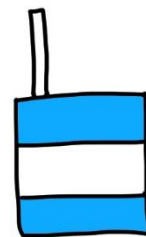
きょう こんだて 今日の献立

- エビクリームライス
- コーンサラダ
- りんご
- ぎゅうにゅう

エビクリームライス
(ふかざら)



りんご
(パンざら)



コーンサラダ
(サラダボウル)

きょう はい
今日は、「エビクリームライス」に入っている「えび」について

はなし
話をします。

えびには、けつえき きんにく しつ ひんけつ よぼう
えびには、血液や筋肉をつくる「たんぱく質」や貧血を予防

したり、けつえき えいよう
したり、血液をきれいにする「タウリン」という栄養がたくさん

ふく
含まれます。

きょう から から
今日のえびは殻をむいてありますが、えびの殻には「キチン」

なまえ えいよう はい からだ めんえきりよく たか はたら
という名前の栄養が入っていて、体の免疫力を高める働きを

します。きょう い のこ た
します。今日は、えびをたくさん入れました。残さず食べましょう。

