



大塚小学校弁当献立表

(株) マルコシ

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
		11月1日 スパゲッティミートソース もやしのソテー あらびきフランク 大学芋 フルーツ	11月2日 コーンコロケ ツイストマカロニサラダ ミニハンバーグ チンゲン菜の炒め物 フルーツ 味噌汁	11月3日 文化の日
11月6日 和風チキンステーキ &目玉焼きフライ 塩昆布とツナの Pasta 小松菜ソテー 南瓜サラダ フルーツ	11月7日 豆腐野菜ハンバーグ (トマトソース) ひじきの五目煮 さつま揚げの煮物 三色豆 フルーツ 味噌汁	11月8日 チキンカレー キャベツサラダ オムレツ フルーツ	11月9日 豚肉と木耳の玉子炒め 中華春雨サラダ 野菜春巻 こんにゃくの煮物 ふりかけ 味噌汁	11月10日 ごろごろベーコンカツ (添) ポンゴレ インゲンの胡麻和え かに風味焼売 フルーツ サンドパン
11月13日 ロースとんかつ 煮物(竹輪・人参・里芋) ツナサラダ オムレツ フルーツ ソース付	11月14日 ハンバーグ (クリームシチューがけ) ナポリタン もやしのソテー ポテトサラダ フルーツ コンソメスープ	11月15日 白身魚フライ (タルタルソース) 白菜の韓国ナムル風 厚焼き玉子 ひじき煮 フルーツ 味噌汁	11月16日 中華丼 中華春雨サラダ ミニ揚げ焼売 フルーツ	11月17日 メンチカツ (添) マカロニソテー パンプキンサラダ ほうれん草入り玉子焼き 洋風おからソテー フルーツ ロールパン
11月20日 振替休日	11月21日 チキンカツ 明太スパゲッティ 小松菜の炒め物 切干大根のゆず風味 フルーツ 味噌汁	11月22日 ハムマヨサラダフライ ごまじゃぶサラダ 甘辛肉団子 もやしと青梗菜の炒め物 フルーツ コッペパン コンソメスープ	11月23日 勤労感謝の日	11月24日 和食の日 鶏天・かぼちゃ天 (おろしソース) 金平ごぼう 茄子の生姜醤油漬け フルーツ こども緑茶
11月27日 ハンバーグ (おろしソース) 肉じゃが ごぼうサラダ フルーツ	11月28日 ハムカツ (添) ツナパスタ ポテトサラダ 肉焼売 フルーツ サンドパン コンソメスープ	11月29日 塩レモン一口さきみフライ オムレツ 山菜パスタ 高野豆腐煮 わかめのナムル フルーツ 味噌汁	11月30日 ハヤシライス ペンネサラダ 小松菜の煮びたし フルーツ	

※食材にナッツ、落花生は使用していません。

11月給食だよ

令和5年 10月30日
 文京区立大塚小学校
 校長 田村 純子
 栄養士 鈴木 真奈美

弁当給食の一日の流れ

みなさんありがとう!



盛り付け



配達



大塚小へ



クラス分け



片付け

9月に始まった弁当給食も3カ月めになりました。今月号は 子供たちに弁当給食の一日を紹介し、いろいろな方のお陰で弁当が食べられることを知り、感謝の気持ちをもってほしいと思い、写真を掲載しました。

食べることは 生産や流通、調理など多くの人に関わっており、そのどれか一つが欠けても食事ができなくなってしまいます。また、世界では 紛争や食糧不足で満足に食事ができない子供たちがたくさんいます。

「食べ物がある、食事ができること」は当たり前ではなく、「食べ物にありがとうの気持ちを持つこと」は 実はとても大切なのです。今後も大塚小の食育の柱として、取り組んでいきたいと思ひます。

写真提供 弁当業者(株)マルコシ 給食業者(株)レクトン



11月24日



11月24日の弁当給食は「和食の日」を記念して、弁当屋さんに天ぷらなど和食の献立を考えていただきました。また、当日は子供用の緑茶を付けます。

世界中で、ますます注目の高まる「和食」の素晴らしさを知り、これからも「和食文化」に親しんでいきましょう。