

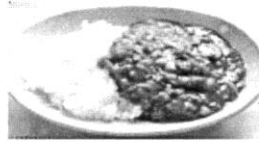
10月10日(水)

小麦アレルギーの人も食べられる

こめ こ 米粉の ハヤシライス

いつもの給食のハヤシライスは、小麦粉を使った
ブラウンルウを使用しています。

今日のハヤシライスは、小麦粉を使わずに米粉(上新粉)を使用しています。



きょうのこんだて

ハヤシライス【こめこ】
キャベツとコーンのサラダ
みかん
ぎゅうにゅう

き	(おもにエネルギーのもとになる) じゃがいも、サラダあぶら しょうしんこ、さとう こはん
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにく、ぎゅうにゅう
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ、にんじん グリーンピース、セロリー、にんにく キャベツ、コーン、みかん

クイズ7 ハヤシライスはどこの国で考えられた料理でしょうか。
① インド ② 日本 ③ アメリカ

一口メモ

今日のハヤシライスは、いつもの小麦粉を茶色くなる
までいためたブラウンルウで煮こむハヤシライスでは
ありません。

今回のハヤシライス【米粉】は、平成29年度学校給食
献立調理検討会議で開発された献立です。小麦粉で
作ったブラウンルウを使用しないで、米粉を使用してい
ます。そのため、小麦アレルギーのある子も食べることが
できます。味は、あっさりとしています。

今年、仮設校舎の横で4年生と5年生の理科で
へちまとひょうたんを栽培しています。

花も咲いてへちまとひょうたんの実ができました。

4年生は実ったへちまの絵を描きます。昨日、校舎の
高いところに実っているへちまを学校の工事に入って
いる方と管理作業員の河野さんに取っていただきました。

ブラウンルウで煮こ
んだハヤシライス



今回のハヤシラ
イスのとろみ
は、米粉でつけ
ています。



たまねぎ	北海道	にんじん	北海道	セロリー	長野県
キャベツ	長野県	じゃがいも	北海道	にんにく	青森県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え: ②