

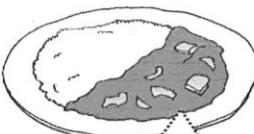
## 10月26日(月)

こめの ハヤシライス

いつものハヤシライスは、小麦粉で作った「ブラウンルウ」でとろみをつけています。

今日は、小麦粉のブラウンルウの代わりに米粉(上新粉)を使っています。

小麦アレルギーの人も、食べることができます。



小麦アレルギーの人も、食べることができます。

## きょうのこんだて

ハヤシライス [こめこ]  
ぎゅうにゅう  
キャベツのひじきドレッシング  
おうとう (かんづめ)

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん じゃがいも、あぶら、さとう じょうしんこ (こめこ)
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう ぎゅうにく、ひじき
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 グリンピース、セロリ にんにく、キャベツ おうとう

クイズ18 米粉を使って作る給食のデザートは何でしょう。

- ①ういろう ②クラフトティ ③プリン

## 一口メモ

○今朝の児童朝会で校長先生が「今日はなんの日でしょうか」と話されました。「10月26日は、柿の日だそうです。俳句をよむ人で有名な正岡子規という人が、明治28年10月26日に奈良



に旅行したときに「柿くれば鐘がなるなり  
法隆寺」とよんだ日に

ちなみに、全国果樹研究連合会が、柿の日と制定しました。上福島小学校にも柿の木があります。

かきをしっかり食べるようにしましょう。

○今日の給食は「ハヤシライス(米粉)」です。大阪市の給食のハヤシライスは、小麦粉をサラダ油で茶色くなるまでいためた「ブラウンルウ」でとろみをつけています。

今月は食物アレルギー対応サポート月間なので、上新粉(米の粉)でとろみをつけました。



じゃがいも	北海道	たまねぎ	北海道	セロリ	長野県
にんじん	北海道	キャベツ	長野県	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：①