

10月分給食カレンダー

学校給食で使用されている食品や料理、また行事献立などについてお知らせします。

中華丼 2日(金)

中華丼の具は、豚肉を主材に、はくさいやたまねぎ、にんじん、チンゲンサイを使っています。でんぷんでとろみが



ついた「あん」をご飯にかけます。

今回から中華丼の具は、保温食缶で届きます。

スプーンを忘れないようにしましょう。



9日(金) ボイル枝豆 16日(金) ボイルブロッコリー



「シーフードカレーライス」のボイル枝豆や「クリームシチュー」のボイルブロッコリーは、塩ゆでし、副食容器に入って届きます。

カレーうどんやシチューを入れた自分の皿や汁わんに、緑色のきれいな野菜を加えて食べましょう。



13日(火) さつまいも

今日の料理は、「焼きさつまいも」です。

さつまいもは、中央アメリカを原産地とし、紀元前から栽培されていました。日本では、中国を経て沖縄、鹿児島に伝わり、江戸時代に栽培が始まりました。高温や乾燥にも強く、やせた土地でも育つので、飢饉の際に多くの人々を救いました。

旬は9月～11月頃です。

さつまいもは、30日(金)の「さつまいもてんぷら」にも使用しています。



16日(金) 21日(水)

りんご



りんごはバラ科の植物で、中央アジアから西アジアにかけての寒い地方が原産地とされています。

りんごには「和りんご」と「西洋りんご」がありますが、現在、市場で売られているりんごは、明治維新以降に栽培が盛んになった「西洋りんご」です。「ふじ」や「つがる」、「王林」、「ジョナゴールド」などの多くの種類が生産されています。

15日(木)

今日の料理は、「おおさかしろなの磯辺あえ」です。

おおさかしろな



おおさかしろなは、アブラナ科の野菜です。江戸時代から大阪の天満付近を中心に栽培されてきたことから「天満菜」とも呼ばれています。現在では、大阪市内や堺市などで春と夏のキャベツやはくさいの収穫が少なくなる間(端境期)を埋める野菜として栽培されています。

23日(金)の給食には、「おおさかしろなの炒めもの」として登場します。

26日(月) ビビンバ



ナムル

「ビビンバ」は韓国・朝鮮の料理です。

混ぜるという意味

の「ビビム」とご飯という意味の

「パプ」という言葉からできています。

給食では、「肉炒め」と「ナムル」、「きざみのり」をご飯の上にのせ、混ぜて食べましょう。

きざみのり

肉炒め