

# きゅうしょくだより

# 11月



名古屋市立前山小学校

「実りの秋」「味覚の秋」となりました。きのこやいも、根菜など、秋が旬の栄養豊富な食べ物をたくさん食べて、冬の寒さに負けない強い体を作りましょう。

\*\*\*\*\* 11月のこんだてから \*\*\*\*\*

☆ 「だいすき!なごや♥めし」の日・・・7日(木)

ごはん・牛乳・みそカツ・そえ野菜・すまし汁・いろいろ



名古屋の食文化の魅力伝え、名古屋への愛着を深めていく取り組みです。給食用にアレンジした「なごやめし」の献立を組み合わせて提供します。



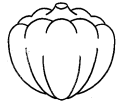
※ みそカツと、いろいろは「ふるさと献立」もかねています。

☆ 【新しいこんだて】 さつまいもコロッケ・・・27日(水)

食物せんいが豊富なさつまいもを使い、米粉から作られたパン粉を使用しています。

☆ 「みんなで食べる!なごや産」の日

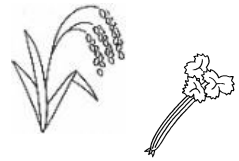
13日(水) 米粉パンは、港区・中川区・守山区でとれた米を使ったものです。



かぼちゃコロッケには、天白区でとれた「くりあじかぼちゃ」が使われています。

21日(木) ごはんは港区・中川区・守山区でとれた米を使います。

けんちん汁には、中川区でとれたみつばを使います。



☆ ふるさと献立～ふるさと名古屋(愛知)の食べ物を知ろう～

7日(木) みそカツ…豚ヒレカツに豆みそで作った甘辛いみそだれをかけたものです。

いろいろ…米粉で作った名古屋名物の和菓子です。

18日(月) カレーうどん…名古屋で親しまれている料理です。

22日(金) 魚フライ(にぎす)…愛知県の三河湾でとれた「にぎす」を使用しています。

28日(木) どてどんぶり…愛知県の郷土料理であるどて煮をごはんにかけて食べます。

29日(金) れんこんのかきまし…愛知県の郷土料理です。

☆ お知らせ

・ 1日(金) のバナナは、有機JAS認証を取得した有機(オーガニック)バナナです。

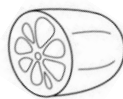
・ 21日(木) のけんちん汁には、愛知の伝統野菜「八名丸さといも」を使用します。



\*\*\*\*\* 11月の給食のめあて「旬の食べ物について知ろう」\*\*\*\*\*

最近では季節に関係なく、ほとんどの食べ物を一年中食べる事ができます。しかし、食べ物には旬があり、旬の時期にたくさんとれる野菜や魚はおいしく、栄養も豊富に含まれています。

給食でも、秋に旬を迎える食べ物がたくさん使われているので、ぜひ探してみてください。



せん

# 線でつなごう!

あき た

# 秋の食べもの漢字

かんじ

えいご

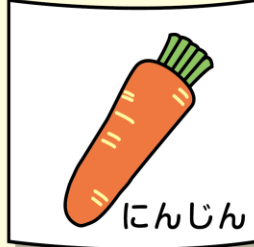
# 英語クイズ

あき 秋においしい食べものカードが並んでいます。

かんじ えいご 漢字と英語のカードをそれぞれ線でつないでみましょう。



栗



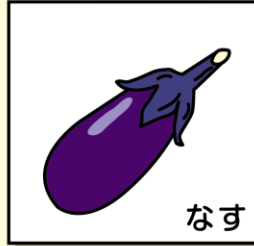
にんじん



sweet potato



鮭



なす



salmon



人参



さつまいも



carrot



葡萄



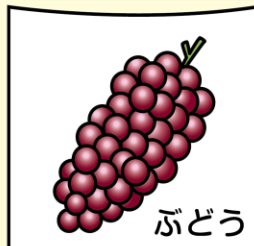
くり



grape



茄子



ぶどう



eggplant



薩摩芋



さけ



chestnut

## こたえ

栗—くり—chestnut 鮭—さけ—salmon 人参—にんじん—carrot

葡萄—ぶどう—grape 茄子—なす—eggplant 薩摩芋—さつまいも—sweet potato

