

きょう きゅうしょく  
今日の給食 10月28日(月)



きょう きゅうしょく  
今日の給食 10月29日(火)



きょう きゅうしょく はつとうじょう この や この や  
今日は、給食に初登場!お好み焼きです。お好み焼  
きといえは、ぜんこく し ひろしま りょうり  
全国に知られている広島料理です。  
せんご た 食べるものがすく じだい て はい  
戦後、食べるものが少ない時代にとりあえず手に入  
る材料で作られるようになりました。その後は好み  
ざいりょう い や この や  
の材料を入れて焼くようになり「お好み焼き」といわ  
れるようになりました。

キャベツたっぷりのきじに  
豚肉をのせて焼きました。



きょう に けつえき  
今日は、マグロのオーロラ煮です。マグロは血液  
ざいりょう てつ ふそく えいようそ  
の材料となる「鉄」や不足しがちな栄養素がぎゅ  
つ 詰まった魚です。さかな かくぎ かたくり こ  
角切りのまぐろに片栗粉を  
まぶして あぶら あ 油で揚げ、ケチャップ、さとう  
まみ 合わせた甘味のあるソースに絡ませてます。パンにも  
あ  
ごはんにも合うおかずです。

さかな た  
コロコロの魚です。よくかんで食べましょう。

きょう きゅうしょく  
今日の給食 10月30日(水)



あした  
明日はハロウィンです。  
ハロウィンは秋の収穫をお祝いし、悪霊を追い出す  
ヨーロッパのお祭りです。  
最近では日本でも身近になったハロウィン、かぼちゃ  
を使った料理やお菓子を作ると、さらに楽しめそう  
ですね。  
給食室で、かぼちゃが入ったプリンを作りました。

# かぼちゃクイズ

レベル★=かんたん  
レベル★★=ちよっとむずかしい  
レベル★★★=とってもむずかしい

**Q1** レベル★★

かぼちゃは漢字でどう書くでしょう？

1 西瓜 2 南瓜 3 冬瓜

**Q2** レベル★★★

次のうち、本当にあるかぼちゃはどれでしょう？

1 らーめんかぼちゃ  
2 そうめんかぼちゃ  
3 うどんかぼちゃ

レベル★

**Q3** 次のうち、かぼちゃの育ち方として正しいのはどれでしょう？

1 つるが伸びて実がつく    2 くきが伸びて実がつく    3 土の中に実がつく

**Q4** レベル★★

10月31日のハロウィンで、かぼちゃをくり抜いて作る魔除けのちょうちんの名前は？

1 アン・オー・ランタン (アンの持つちょうちん)  
2 マイケル・オー・ランタン (マイケルの持つちょうちん)  
3 ジャック・オー・ランタン (ジャックの持つちょうちん)

**Q5** レベル★★★

「冬至にかぼちゃを食べると〇〇〇」ということわざがあります。〇〇〇に入る言葉はどれでしょう？

(※〇の数は関係ありません)

1 ほっぺが落ちる  
2 かぜをひかない  
3 雪がふりだす

こたえ Q1=2 [ 西瓜…すいか / 冬瓜…とうがん ] Q2=2 [ ゆでると中身がそうめんのようにほぐれる ] Q3=1 Q4=3 [ アイルランドの伝説のもとに作られるが、もとはカブが使われていた ] Q5=2 [ かぼちゃは体に良い栄養がたくさん含まれているため、冬至にかぼちゃを食べて、ゆずを入れたお風呂に入るとかぜをひかないといわれている ]