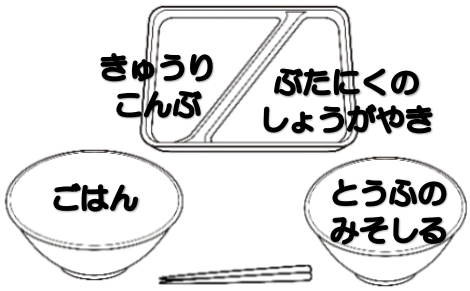
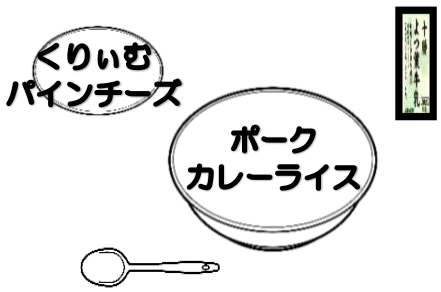
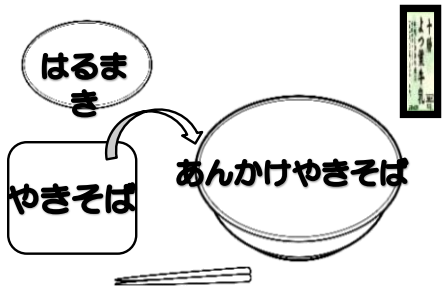
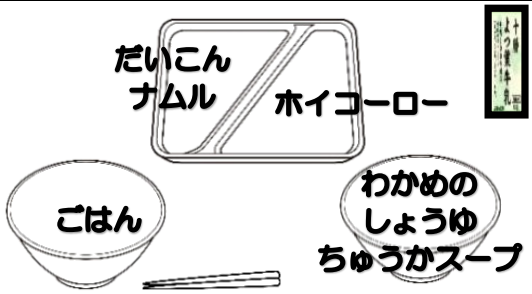
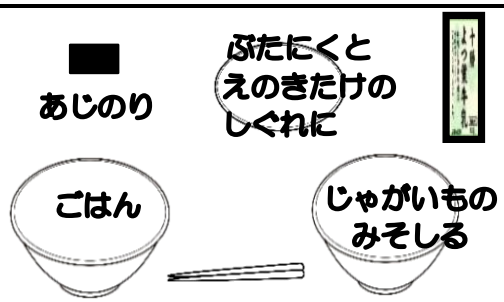
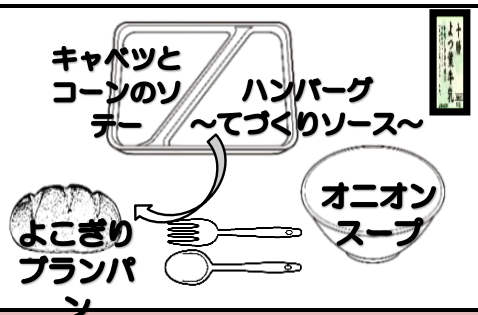
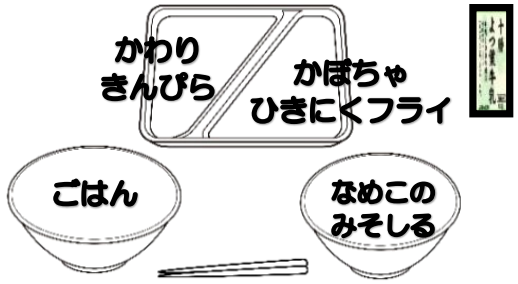
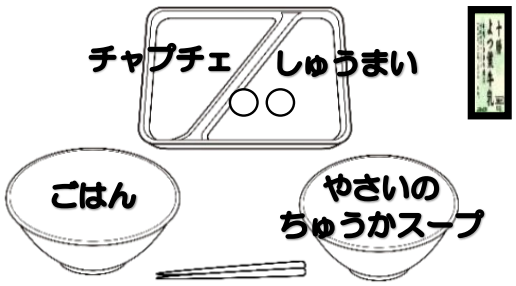
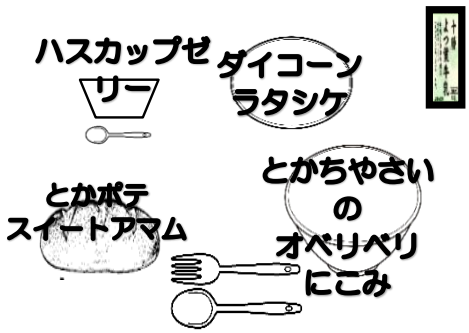
いただきます

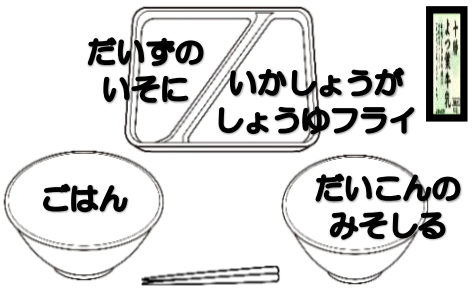
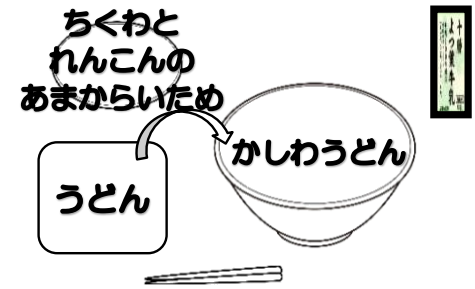
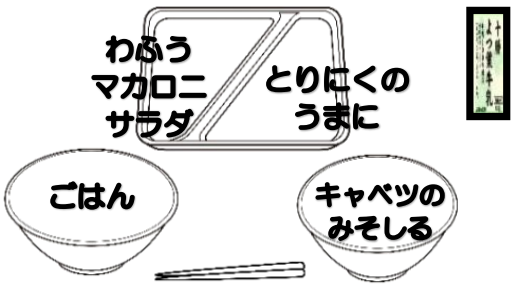
11月

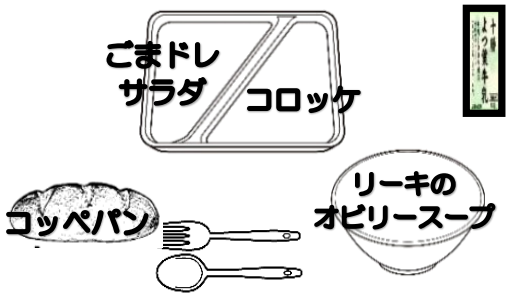
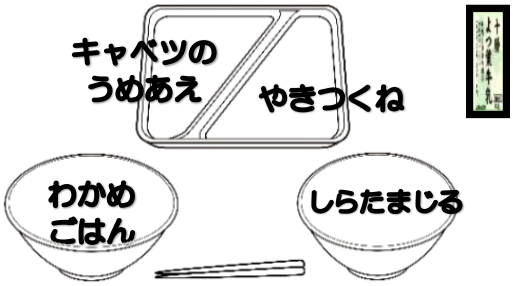
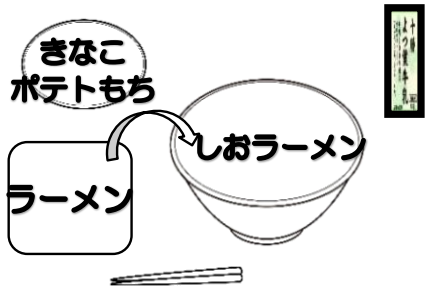
	献立名	
2日(月)		ごはん とうふのみそしる ぶたにくのしょうがやき きゅうりこんぶ 牛乳
	★クイズ★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	「きゅうり昆布」に入っている昆布は、日本のどこで多くとれるでしょう？ ①北海道　②千葉県　③沖縄県 答え：①北海道	
4日(水)		チョコチップパン ポトフ コロコロチキンのレモンペッパーやき ツナマヨサラダ 牛乳
	★クイズ★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	「チョコチップパン」のチョコレートのクイズです。チョコレートが日本にやってきたのは何時代でしょう？ ①平安時代　②江戸時代　③明治時代 答え：②江戸時代	
5日(木)		ポークカレーライス くりぃむパインチーズ 牛乳
	★クイズ★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	今日の「くりぃむパインチーズ」にクリームチーズを使っていますが、クリームチーズは何から作られているでしょうか？ ①牛乳　②豆乳　③カルピス 答え：①牛乳	

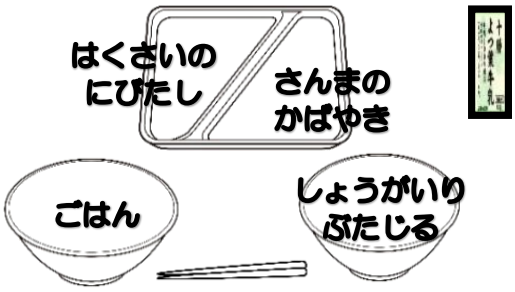
6日(金)		あんかけやきそば はるまき 牛乳
	★クイズ★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	「あんかけ」についてのクイズです。あんかけを　とろっと　させるには、なんの調味料を使うでしょうか？ ①さとう　　②でんぷん　　③みずあめ 答え：②でんぷん	
9日(月)		ごはん わかめのしょうゆちゅうかスープ ホイコーロー だいこんナムル 牛乳
	★クイズ★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	「わかめのしょうゆちゅうかスープ」には、えのきたけが入っていますが、きのこは、できるまで、どれくらいの時間がかかるでしょう？ ①１時間　　②１週間　　③一カ月 答え：③一カ月	
10日(火)		ごはん じゃがいものみそしる ぶたにくとえのきたけのしぐれに あじのり 牛乳
	★ひとこと★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	今月の食育目標は、「味わって食べよう」です。今日のみそ汁は、昆布と、にぼしで、出汁をとっています。出汁の「うま味」を味わってくださいね♪	

11日(水)		よこぎりブランパン オニオンスープ ハンバーグ～てづくりソース～ キャベツとコーンのソテー 牛乳
	★クイズ★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	今日はハンバーガーにすることができますが、ハンバーガーはどこの国でうまれた料理でしょう？ ①韓国　②アメリカ　③イタリア 答え：②アメリカ	
12日(木)		ごはん なめこのみそしる かぼちゃひきにくフライ かわりきんぴら 牛乳
	★クイズ★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	いつも給食で食べているお米は、北海道産ですが、何という品種でしょうか？ ①ななつぼし　②ゆめぴりか ③ふっくりんこ 答え：①ななつぼし	
13日(金)		かまあげスパゲティトマトソース フルーツカクテル 牛乳
	★ひとこと★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	インフルエンザなどの感染症が増えてくる季節です。手洗い、うがい、バランスの良い食事で、かぜや　インフルエンザを予防しましょう。	

16日(月)		ごはん やさいのちゅうかスープ しゅうまい チャプチェ 牛乳
	★クイズ★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	「チャプチェ」は韓国料理です。では次のうち、同じ韓国料理はどれでしょう？ ①ホイコーロー　②チヂミ　　③ぎょうざ 答え：②チヂミ	
17日(火)		とりそぼろどん わかめのみそしる もやしのごまあえ 牛乳
	★クイズ★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	「もやし」は、白い色をしていますが、なぜ白いのでしょう？ ①白い土で育てるから ②光を当てずに育てるから ③水でよく洗うから 答え：②光を当てずに育てるから	
18日(水)		**トカプチ～ふるさときゅうしょく～** とかポテスイートアマム とかちやさいのオベリベリにこみ ダイコーンラタシケ ハスカップゼリー 牛乳
	★ひとこと★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	今日はふるさと給食です。とかちの食材がふんだんに使われています。とかちの恵み、感謝の気持ちを忘れず、おいしくいただきましょう！	

19日(木)		ごはん だいこんのみそしる いかしょうがしょうゆフライ だいずのいそに 牛乳
	★クイズ★ 「いか」のクイズです。いかには足がたくさんありますが、何本あるでしょう？ ①8本　②10本　③130本 答え：②10本	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
20日(金)		かしわうどん ちくわとれんこんのあまからいため 牛乳
	★クイズ★ 「うどん」は何から作られているでしょう？ ①大豆　②小麦粉　③米粉 答え：②小麦粉	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
24日(火)		ごはん キャベツのみそしる とりにくのうまに わふうマカロニサラダ 牛乳
	★クイズ★ 長ねぎには、かぜを予防してくれる辛い成分がふくまれていますが、つぎのうちどれでしょう？ ①アリシン　②ありんこ　③アラジン 答え：①アリシン	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★

25日(水)		コッペパン リーキのオビリースープ コロッケ ごまドレサラダ 牛乳
	★クイズ★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	「リーキのオビリースープ」は、「リーキ」という野菜が入っていますが、リーキは次のうちどの野菜に似ているでしょう？ ①玉ねぎ　②白菜　③長ねぎ 答え：③長ねぎ	
26日(木)		わかめごはん しらたまじる やきつくね キャベツのうめあえ 牛乳
	★クイズ★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	わかめは、栄養たっぷりですが、わかめの「お腹の調子を整えてくれる」栄養はどれでしょう？ ①ビタミン　②食物繊維　③たんぱく質 答え：②食物繊維	
27日(金)		しおラーメン きなこポテトもち 牛乳
	★クイズ★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	きなこは大豆からできていて、たんぱく質が多く含まれるため、別名、何の肉と言われているでしょうか？ ①海の肉　②風の肉　③畑の肉 答え：③畑の肉	

30日(月)		ごはん しょうがいりぶたじる さんまのかばやき はくさいのにびたし 牛乳
	★クイズ★	★今日の　きゅうしょくの　かんそう★
	「さんま」は、日本(にほん)のどこで多(おお)くとれるでしょう？ ①青森県(あおもりけん)　②埼玉県(さいたまけん)　③北海道(ほっかいどう) 答(こた)え：③北海道(ほっかいどう)	