

10月のきゅうしょくだより



月	火	水	木	金	土
ハレの日に食べよう！ 大田市では、箱寿司・紅白饅頭の天ぷら・うどん豆腐などを祝い事やお祭りのときに食べる習慣がありましたが、最近では、これらの料理が食卓に並ぶ頻度も減ってきているように感じます。手の込んだ具の調理や錦糸卵など大変な作業もありますが、ご家族で一緒に作ってみませんか？子どもたちに、身近にある伝統の食事を小さい頃から食べ、地域文化に親しんでほしいです。			1 ほうれん草の卵焼き 大豆の煮物 かぼちゃの天ぷら	2 大豆カレー きのこの卵炒め ごぼうサラダ	3 豚肉と野菜のスパゲティ ポテトスープ
			ごはんピザ	人参きんぴらトースト	ココアホットケーキ
5 豆腐ステーキ 肉みそかけ 大根サラダ 卵とわかめのスープ	6 豚肉と大豆のトマト煮 マカロニサラダ チンゲン菜のソテー	7 魚のすり身のさつま揚げ 小松菜のごま和え 豆腐とわかめの味噌汁	8 チキンボールの甘酢かけ 春雨サラダ もやしとわかめのスープ	9 鶏肉のマリネ じゃが芋のツナマヨ和え 具たくさん味噌汁	10 豚肉の生姜炒め丼 豆腐の味噌汁
じゃがまるくん	かぼちゃケーキ	お好み焼き	簡単メロンパン	りんごゼリー	抹茶スティックパン
12 スポーツの日	13 小松菜とツナの スパゲティ 豚肉と卵の炒め物 ポテトサラダ	14 魚の梅煮 納豆和え かぼちゃの味噌汁	15 豚肉とごぼうの卵とし ほうれん草の白和え とうもろこしのかき揚げ	16 チキンカツ キャベツのツナ和え 豆腐の味噌汁	17 親子運動会 
	ぴよんぴよんご飯	ぶどうゼリー	さつま芋と黒糖のケーキ	キャラメルポップコーン	
19 豚汁ンジャーの日 ひじき入り卵焼き 切り干し大根サラダ 豚汁 	20 ちゃんぽん麺 刻み昆布の煮物 ブロッコリーのごま和え	21 魚の南蛮漬け 菜種和え そうめん汁	22 箱寿司 れんこんのハンバーグ 小松菜のじゃこ和え うどん豆腐	23 ハッピーランチの日 	24 カレーうどん ブロッコリーの おかか和え
フルーツヨーグルト	わかめおにぎり	コーントースト	さつま芋のドーナツ	フルーツポンチ	ジャムパン
26 チキンピラフ マカロニグラタン キャベツのサラダ チンゲン菜のソテー 誕生児：クロッフル	27 豚肉の甘辛炒め あらめの煮物 卵のふわふわスープ	28 白身魚のムニエル じゃが芋のチーズかけ 具たくさんスープ	29 じゃが芋とベーコンの オムレツ 大豆サラダ クリームスープ	30 ハロウィンパレード 豆腐ナゲット スパゲティソテー きゅうりのサラダ 	31 野菜炒め丼 具たくさん味噌汁
レーズントースト	うどんお焼き	きな粉豆乳フレンチ トースト	ハムチーズマフィン	かぼちゃパン 	スマイル蒸しパン

☆給食室より☆

◎箱寿司・うどん豆腐のレシピを玄関に置きます。
ぜひお家でも作ってみてくださいね！感想もお待ちしてます。

◎10月23日はハッピーランチのため、お昼の給食の提供はありません。（離乳食の提供はあります。）
お弁当の準備をお願いします。



10月の 絵本



ニンジン・タマネギ・ジャガイモの三人組が
台所を舞台にいろいろなお風呂に入って実況
レポートをする楽しい絵本です。