

給食室から

〈 11月の行事食：文化の日・勤労感謝の日 〉

文化の日

- ・ごはん
- ・菊花団子
- ・からしあえ
- ・みそ汁
- ・牛乳



菊の花をイメージした料理で、肉団子にもち米をまぶして蒸しました。



勤労感謝の日

- ・五穀わかめごはん
- ・魚の紅葉焼き
- ・もやしの甘酢あえ
- ・豚汁
- ・牛乳



新米に、麦・きび・あわ・たかきびを合わせて炊きました。



11月16日に行われた、「感謝集会」では、給食室にたくさんのお手紙をいただきました。「朝早くから給食を作ってくれてありがとうございます」「魚は苦手だけど食べられるように頑張ります」「これから給食を残さず食べます」「四吾の給食はどの学校よりもおいしいと思います」「給食を食べて勉強やテストを頑張ります」など、励みになるお手紙がたくさんありました。これからも、四吾小の皆さんの笑顔を思い浮かべながら、給食を作っていきたいと思います。

〈 郷土料理 〉

高知県

- ・ごはん
- ・魚の塩麴焼き（カレー風味）
- ・土佐あえ
- ・田舎汁
- ・牛乳



かつお節を合わせて作った和えもので、かつお節の産地、高知県土佐の名前がついています。かつお節のうま味で食べる和え物です。

福岡県

- ・ごはん
- ・さばのみそ煮
- ・がめ煮
- ・かきたま汁
- ・牛乳



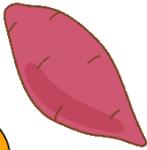
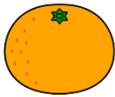
名前の由来は、博多の方言で「よせ集める」という意味の「がめくりこむ」からきたとか、「どぶがめ（すっぽん）」を使って作っていたことからこの名がついたという説があります。

〈旬の食材〉

給食室から



- ごま風味うどん
- 大学芋
- みかん
- 牛乳



- ごはん
- なめたけ
- 海鮮卵焼き
- ごまあえ
- 白菜のみそ汁
- 牛乳



- カレーうどん
- 和風サラダ
- りんごと
ヨーグルトのケーキ
- 牛乳



〈 外国の料理 〉

- マクブース
- タブーリサラダ
- トマトとひよこ豆のスープ
- 牛乳



ワールドカップ開催国、「カタール」の料理を作りました。マクブースは、数種類のスパイスで味をつけたご飯に、野菜やツナ・エビを合わせ、揚げたとり肉をのせて食べました。タブーリサラダは、パセリを使ったサラダで、大麦を入れて作りました。サッパリ味のドレッシングで大麦の食感を楽しみながらいただきました。

- 麻婆豆腐丼
- 拌三絲
- りんご
- 牛乳



- メープルフレンチトースト
- ヨーグルトドレッシングサラダ
- シーフードチャウダー
- 牛乳

