給食だより 11月

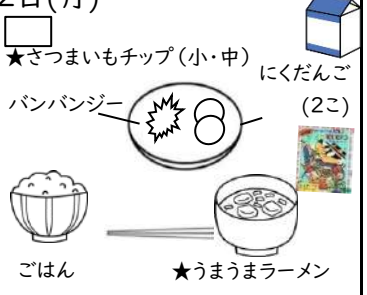
11月16日～20日は「ふるさときゅうしょくWEEK」です。奈良県や葛城市で生産・収穫された食材をたくさん使ったきゅうしょくです。楽しみにしていてください

魚には骨があります。よくかんで食べてね！

葛城市学校給食センター
令和8年11月号（小学校）

※先に配信した「給食だより号外」の日付に一部誤りがございました。大変申し訳ございませんでした。正しくは、以下の通りです。

2日(月)



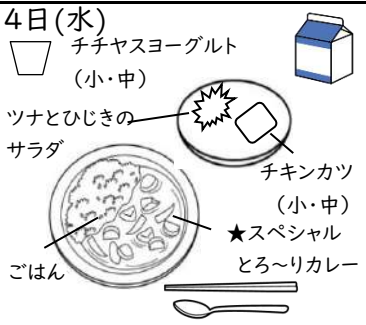
かいけつゾロリ『ラーメンたいけつ』ラーメン王が4つ星をつけたラーメンですぞ!いかがかな?

3日(火)



おはなし給食は、まだまだ続きます！（11月6日まで）

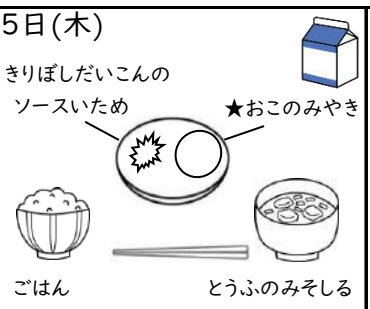
4日(水)



『カレーライスおかわり』よりとろーりの正体はなにかな?食べて、読んでみて!



5日(木)



『そらとぶてっぱん』よりあつがりのお好み焼きと粉もんたちが大冒険!

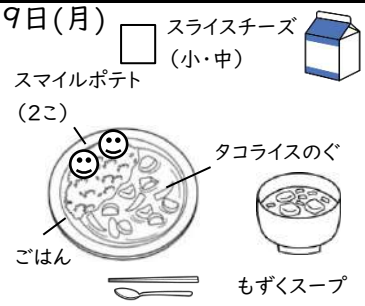


6日(金)



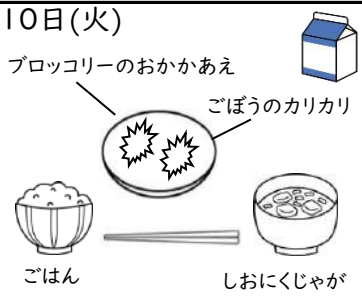
『こまったさんのサラダ』より運が良ければハム入りなのですが、今日のポテトサラダには‥(；∀；)

9日(月)



”タコス”はメキシコ料理。タコスの具をごはんにのせて”タコライス”という沖縄料理になりました。

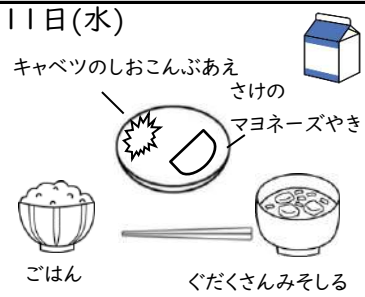
10日(火)



ごぼうのカリカリは歯ごたえがあるので、しっかりかんでね!

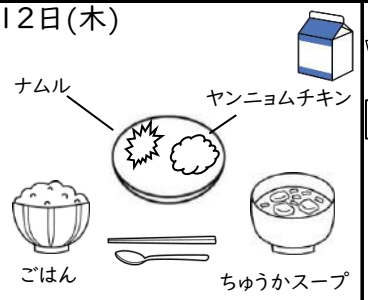


11日(水)



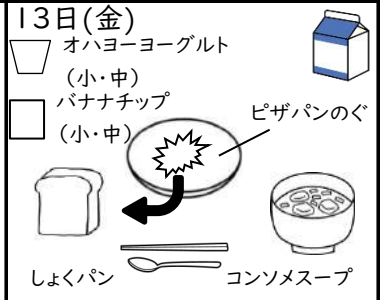
11月は、「いい〇〇の日」がたくさん。余談ですが･･･今日11月11日はポッキーの日です(o^―^o)ニコ

12日(木)



ヤンニョムチキンの”ヤンニョム”は甘からいタレという意味。韓国料理ですが給食ではからくないですよ!

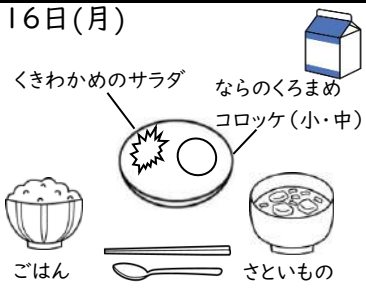
13日(金)



パンに具をはさんでピザサンドをつくってみましょう! 気をつけ!ケチャップ注意報発令中!

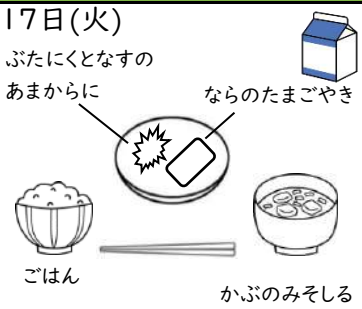
ふるさときゅうしょくウィーク

16日(月)



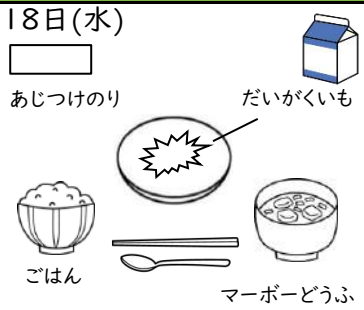
”ふるさと”は、生まれ育った土地
今週は**地場産物（↓）**にのっている食材をたくさん使っています。

17日(火)



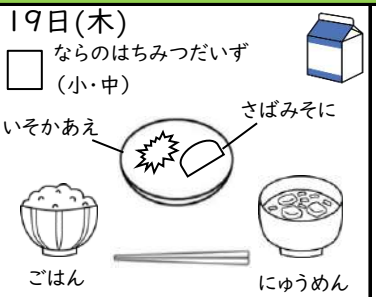
”なすび”は「夏の実」からついたよびかたですが、秋のなすびも絶品!!
美味しいですよ♡

18日(水)



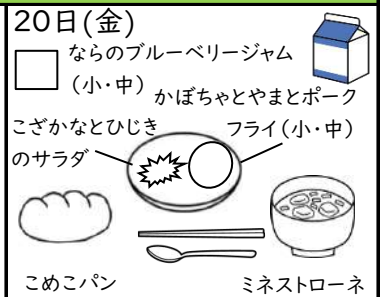
大きなさつまいもがたくさん納品されました。タレもセンターで調味料をあわせて作りましたよ☺

19日(木)



「毎月19日は食育の日」
今月のテーマは”和食を知ろう”です和食ってなにかな?動画有

20日(金)



ミネストローネに使っている”ふるさと食材”はいくつあるのかな?**今月の地場産物**をみてね👀

23日(月)



20日の答え:ムニ
こめこマカロニ キャベツ
ソテーオニオン だいずみずに

24日(火)

【忍海小6年考案みそしる】
げんきヨーグルト（小・中）
ごもく きんぴらごぼう
いわしのカリカリフライ（2こ）
ごはん
えいようまんてんあきのおみそしる

11月24日は”イイニほんしょく”「和食の日」。和食は2013年ユネスコ無形文化遺産に登録されました

25日(水)

ならのかき（小・中）
ほうれんそうとソーセージのソテー
ごはん
ハヤシライス

「柿が赤くなると医者が青くなる」ということわざがあります。柿はビタミンAとCが豊富な果物です。

26日(木)

【忍海小6年考案みそしる】
こまつなとしめじのあえもの
とりにくのてりやき
ごはん
まじうまいさつまいも&ぶたにくだくだくじる

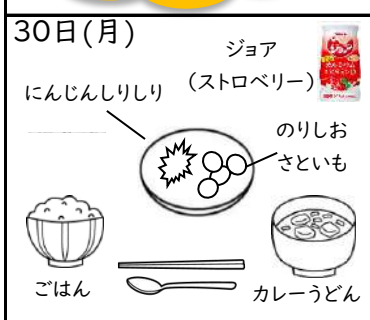
「こんなみそしるが飲みたい!」っという強い思いが感じられました。実現してどうかな?

27日(金)

ぶどうゼリー（小・中）
イタリアンサラダ
パリッォーネ（小・中）
コッペパン
かぶのクリームに

かぶの旬は秋。葉もやわらかく彩りに使いました。あたたかい汁物がうれしい季節になりましたね。

30日(月)



大好きなカレーうどんを考えた人（かとう あさじろうさん）に「ありがとうーー!」と伝えたい

～今月の地場産物～

＊奈良県で生産・製造された食材を紹介します＊

米・パン・こんにゃく・ふしめん・かぶ・キャベツ・さといも
きゅうり・こまつな・だいこん・チンゲンサイ・なす・しろねぎ
にんにく・はねぎ・はくさい・ほうれんそう・まいたけ・しおこうじ
だいずみずに・ソテーオニオン・ならのかき・とりにくだんご
ならのくろまめコロッケ・ならのたまごやき・ちゃんぽんめん
ならのはちみつだいず・ならのブルーベリージャム・こめこマカロニ

給食センターからこんにちは♪＃7

ぶたにくのかりんあげ

【つくりかた】
①豚肉に★で下味をつける。
②①に片栗粉をまぶし、油で揚げる。
③〇を合わせて作ったたれを②にからめたら完成!!

今年度の給食試食会で保護者の方からレシピの問い合わせがありました。

【ざいりょう】小学生5人分
豚もも肉（短冊切り）…300g
★酒…大さじ1/2
★しょうゆ…大さじ1
★おろししょうが…大さじ1/3
片栗粉…1/2カップ
揚げ油…適量
〇しょうゆ…大さじ1
〇さとう…大さじ3
〇ごま…大さじ2
〇水…1