

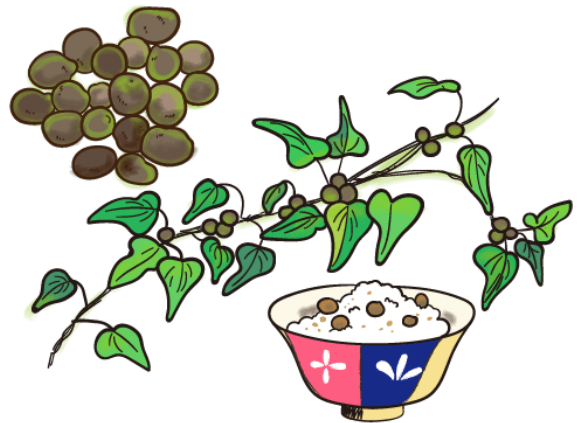
= 高島の美味しい給食、いただきま〜す! 11月 =

10月末から、子どもたちへの掲示黑板では、秋のごちそう「イモ」について、紹介しました。

〇〇汁の中に入っている サトイモ、サツマイモ、ジャガイモと、同じイモと名がついても種類は違うことを、へー、と見てくれました。

関連して、**ムカゴ**についても紹介しました。

ムカゴの炊き込みご飯。なかなか食べる事が無くなりました。子どもたちに、ぜひ食べさせたいメニューです。



11月1日(月)

ごはん、のっぺい汁、豚肉のしょうが焼き

のっぺい汁って、煮ものということを知りました。

しょうが焼きは大好評!

子どもたちペロッと完食でした。

11月2日(火) コッパン、ミネストローネ、オープンオムレツ、コーンと青豆のソテー



オムレツは、ジャガイモとタマネギたっぷりでおしかったです。

11月4日(木) コッペパン、カレービーンズ、ほうれん草とウインナーのソテー

ランチルームの入るやいなや、カレーの香りで、子どもたちのテンションアップ! だったとのこと。外勤で、食べられなく残念でした。

11月5日(金) ごはん、豆腐のすまし汁、タラの甘酢煮、いんげんのごま和え

今日も外勤で残念でした。タラのパリッとした皮の食感がよかったです。

11月8日(月) ごはん、春雨汁、根菜とレバーの揚げがらめ



根菜とレバーの揚げがらめ、レンコン、ゴボウに、お肉に、大きめのレバー。ボリューム満点。でも、レバーが苦手な人にはちょっと辛かったとか。

11月9日(火)

小型コッペパン、キノコの和風スパゲッティ、ツナサラダ、チーズ

サラダは、ボリューム満点。スパゲッティ、あっさりめで、おいしかったです。



11月10日(水) 麦ごはん、さつまい汁、アジのから揚げ、浦上そぼろ

サツマイモの甘さが光ったさつまい汁。食べたかったです。

11月11日(木)



コッペパン、千切り野菜スープ、鶏肉のハーブ焼き、海藻サラダ、いちごジャム

温かなスープは、体も心もホッとさせてくれます。いつもとちょっと違った鶏肉のハーブ焼き。食べ応えがありました。

11月12日(金)

麦ごはん、ポークカレー、コールスロー、オレンジ

みんな大好き、カレーライス。

普段お替りしない子も、すすんでお替りするなど、大盛況。ごちそう様でした。

今回のコールスローはマヨネーズ無しのさわやかタイプ。これもありですね。



11月15日(月) ごはん、けんちん汁、キビナゴと野菜の南蛮漬け



キビナゴの南蛮漬け。アジと違って、丸ごと食べれておいしかったです。

けんちん汁は、こんにゃく、ゴボウに、とうふ・・・と、具たくさん。そうそう、こんにゃくも、イモからつくられることを、子どもたちに伝えようと思います。

11月17日(水)

麦ごはん、長崎おでん、茎わかめの酢の物、みかん

長崎おでん、具たくさんで、味も良くしみ込んでいて、食べ応えあったとのこと。

長崎は練り物がおいしいから、おでん、最高でしょうね。棒天、はんぺん、竹輪、あつあげ、サトイモも入っているようで、もー、食べたかったです。だしは、あご出しですかね。



11月18日(木)

小型コッペパン、皿うどん、切り干し大根のサラダ

ちゃんぽんに並ぶ長崎伝統の麺料理「皿うどん」。パリパリ麺が最高です。

給食ではソースがないのが残念ですが、おいしい一品です。

でも、これと違って、よくある「給食皿うどん」もすてきです。

11月19日(金)

ごはん、なめこ汁、サバのもみじ焼き、ひじきの甘辛煮

サバも、ひじきも、なめこ汁も、ゼーンぶん、ごはんがすすむおかずでした。

もみじ焼きとは、すりおろしたにんじんとマヨネーズを混ぜてものを味付けした魚にぬり広げて焼いたものとのこと。なるほどです。





11月24日(水)

ごはん、大根のべっこう煮、ほうれん草ののり酢和え、リンゴ

大根にしっかり味が染み込んでおいしかったです。色どりもいいですね。



11月25日(木)

みかんパン、野菜スープ、ポテトミートソース

ボリューム満点。
じゃがいもコロコロ。スープはあっさり。そして、みかんパンはさわやか。
いい取り合わせでした。

11月26日(金)

親子丼、焼きシシャモ、もやしと油揚げの炒め物

卵たっぷり、具だくさんの親子丼。
温かくて、最高でした。
ししゃもに、もやしの炒め物と、バランスも良くおいしかったです。



11月29日(月) サツマイモごはん、厚揚げのみそ汁、千草焼き、大根のピリっと漬け

11月30日(火)

コッペパン、白菜のクリーム煮、ビーンズサラダ



冬の野菜「白菜」。シャキシャキ感が最高で、おいしかったです。

サラダは、豆が苦手な人には、「おっと！」となっちゃう、豆たっぷりでした。



©DESIGNALKIE