

> 27/17》平130科理は近

5日に5年生の授業とコラボした「バングラデシュ料理」を行います。どんな料理かな? 10日から14日までの1週間は小学校の「読書旬間」に合わせて、おすすめ本とのコラボ 料理を紹介します。本の世界には食べ物や料理がたくさん登場します。 みなさんの読んでいる本にはどんな料理が登場しますか?

小学生も中学生も、この機会にたくさんの本を読んでみましょう。



***** アジアにあるバングラデシュでは、栄養不足で %。 病気になる子どもたちがとても多く、子どもたちを がたまための活動が増えています。 学校 給 食 も そのひとつです!

問題 日本と筒じお梁が主後のバングラテシュですが、 後 べる時には何を使って食べているかな?

10日(月)

家族を鬼に殺された少年が、 、妹を人間に戻すために鬼と戦 なない。 う感動の物語!家族愛と命が テーマです。

問題 「妹」の禰壹子が口にくわえ ているのは何かな?



11日(火)



クラスのイケメン男子が結成 したのはなんと「弁当部」!? 5つのシリーズが出ている 影初の1冊です!

問題 葉まってメニューを作るこ とのできない 3 人が工業 したのは荷谷当?

12日(水)

アニメでも有名な「ス プーンおばさん」! 小さ い体でいろいろな冒険 があるシリーズ作品で す。

問題 マカロニスープを



13日(木)



ケイくんは「せのお精肉店」のポ テトサラダが大好き。でもついに産 を閉めることになり、さらにケイく んも病気の治療で何も食べること ができなくなってしまった・・・。

問題 ケイくんがポテトサラダにつけ た名前はなぁに?(○○○のサラダ)



大人気「かいけつゾロリ」シリーズのラーメン対決!2 つのラーメン店の対決を手助けするふりをしてのっとっ たゾロリですが・・・。

問題 究極のラーメンはどうやったら出来上がったの?



11 月は「**米飯給食、地場産給食推進月間**」です。新潟県の小・中学校で地場産の米と地場産の食材を学校給食 で味わいます。魚沼市は**「魚沼産コシヒカリと里芋、きのこ、山菜、大根」**を使った郷土料理です。

- ** キラッと新潟米☆地場もん献立とは? **
- ①お米の良さを生かして、白いごはんを食べます。 ②主食・主菜・副菜・汁ものがそろっています。
- ③汁ものは地場産物を使ったみそ汁です。



県内全ての地区で、おいしい 「地場もん」が登場している よ!みんなで地元の食材を食 べて勉強しようね!



湯之谷小 中学校 月 水 木 5 バングラデシュ料理 【いい歯の日メニュー】 THE STATE OF THE S マーボー丼 ごはん チキンビリヤニ ごはん チキンチキンごぼう ピアジ 鯖のみそ煮 白菜卵スープ ベンガルサラダ **初半**みそ洋 コロコロポテトサラダ みかん ヨーグルト 大根みそ洋 源氏豆 こめ,オリーブオイル とりにく,とうにゅうヨーグルト,牛乳 ひよこまめ,ヨーグルト たまねき,バブリカ,ピーマン,トマト,にんじん こめ,さとう,ごまあぶら,かたくりこ こめ,かたくりこ,あぶら,さとう,じゃがいも ぶたにく,みそ,とうふ,牛乳,ベーコン,たまご ‡乳,とりにく,あぶらあげ,みそ,だいず にんじんたけのこねぎにらだいこん うが,きゅうり,にんじん,だいこん,もやし ごぼう,きりぼしだいこん,にんじん,えのき,ねき だいこん,きゅうり,とうもろこ こまねぎ,はくさい,えのき,みかん 小:612kcal/30.0g/2.1g 小:689kcal/22.1 g/1.5 g 小:606kcal/24.9g/2.6g 小652kcal/29.8g/1.4g 中:772kcal/37.6g/2.6g 中:785kcal/24.5g/1.9g 中:736kcal/29.0g/3.0g 中:796kcal/35.1 g/1.7 g 鬼滅の刃 男子★弁当部 12 小さなスプーンおばさん かいけつゾロリ 10 ポテトサラダ セルフツナサンド ごはん ツルカメラーメン カレービビンバ幹 梅昆布ごはん 🕀スライスチーズ トンカツ ごまじゃこサラダ 野菜スープ ミートマカロニスープ ポテトサラダ 手作りぶどうゼリー みかん 伊之助 もやしみそ汁 焼きシナモンりんご 生姜佃煮の風味漬け 10 # 51 # さつまいも汁 🏻 🖟 🕅 め さとう こむぎこ あぶら ごま さつまいも こめ、さとう、ごまあぶら、すりごま、じゃがいも こめ,パンこ,あぶら,じゃがいも,マヨネーズ めん,さとう,ごまあぶら,ごま ーガリン,さとう んぶあぶらあげ.牛乳.ちくわ.あおのり ソナ,牛乳,ぶたにく +乳,ぶたにく,ハム,あぶらあげ,みそ,だいず なると,やきぶた,ハム,ちりめんじゃこ,牛乳 かつおぶし,みそ,だいず うめ,キャベツ,きゅうり,にんじん,しょうが キャベツ,たまねぎ,きゅうり,しめじ,にんじん ぜんまい,にんじん,もやし,こまつな,たまねぎ こんじん,もやし,メンマ,ねぎ,キャベツ きゅうり,にんじん,だいこん,もやし,ねぎ はくさい、みかん マト,りんご,レモン きりぼしだいこん。きゅうり 小:722kcal/29.2g/2.1g 小:573kcal/25.3g/2. $\overline{7}g$ 小:652kcal/26.8g/2.8g 小:573kcal/19.6g/2.2g 小:709kcal/26.4g/2.4g 中:764kcal/30.0g/3.0g 中:885kcal/34.8g/2.4g 中:710kcal/25.1 g/2.4 g Ф:896kcal/35.0 g/3.4 g Ф:752kcal/31.9g/3.2g 17 18 19 【小 3・4 年リクエスト】|20 21 〔きらっと新潟米☆地場もんラン千〕 ごはん ごはん(有機栽培特別米) ハヤシライス ごはん 豚キムチチャーハン 厚焼玉子 茎わかめと ししゃものカリカリ 湯げ ミルメーク チキン味噌カツ もやしのサラダ こぶあえ からしなます カリカリ野菜鉄火みそ 焼きぎょうざ りんご やまじる **山汁** 塩とり汁 竹菜みそなべ 中華卵スープ こめ,じゃがいも,ハヤシルウ,マーガリ こめ,ごまあぶら,ごま,かたくりこ こめ,かたくりこ,あぶら,さとう,しらたき う,ごま にく,だっしふんにゅう,なまクリーム :乳,ししゃも,たまご,あおのり,こんら ぶたにく,牛乳,とうふ,なると,たまご 牛乳,たまご,だいず,みそ,ぶたにく,とうふ +乳,とりにく,みそ,あぶらあげ,ぶたにく 牛乳,くきわかめ,ハム こんじん,はくさいキムチ,にら,もやし しいたけ,にんじん,きゅうり,きりぼしだいこん どいこん,ごぼう,さんさい,しめじ,えのき,ねぎ キャベツ,こまつな,にんじん,えのき,ごぼう こまねぎ,にんじん,もやし,みずな,りんご こんじん,ごぼう,しめじ,はくさい,ねぎ くさいねぎ 小:653kcal/22.3 g/2.7 g 小:575kcal/25.4g/1.7g 小:635kcal/23.3g/2.6g 小:634kcal/30.1 g/2.5 g 小:651kcal/32.3g/1.7g $\Phi:772$ kcal/35.3 g/2.8 g 中:794kcal/25.7g/2.9g 中:724kcal/31.9g/2.3g 中:792kcal/31.9g/2.3g 中:792kcal/38.4g/2.2g 25 28 きのこうどん ごはん ごはん 業粉パン・りんごジャム 単葉と鶏肉の揚げ煮 ますの塩麹焼き もったいないの おかかあえ スコップメンチ あぶらげあえ 鼠蛛あえ フレンチサラダ とうにゅうこんさいじる 豆 乳根菜汁 かきたま洋 THE STATE OF THE PARTY OF THE P 豆腐とわかめのスープ こめ,さといも,かたくりこ,あぶら,さとう こめこパン,パンこ,オリーブオイル こめ、ごまあぶら、さとう、じゃがいも、かたくりこ うどん,ごま,こむぎこ,あぶら,ごま すりごま,つきこん ト乳,とりにく,かつおぶし,あぶらあげ,みそ ‡乳,ぶたにく,おから,チーズ,なると,とうふ 牛乳,あかうお,あぶらあげ,かつおぶし,みそ ぶたにく,かまぼこ,あぶらあげ,牛乳,ささかま ごいず,たまご ちやし,こまつな,にんじん,とうもろこし つかめ 0んご,キャベツ,たまねぎ,にんじん こまつな,もやし,キャベツ,にんじん,だいこん にんじん,えのき,きのこミックス,はくさい ねぎ,しょうが,キャベツ,きゅうり,たくあん えのきみずな IJ:647kcal/29.9 g/3.0 g 小625:kcal/26.8g/1.9g 小:610kcal/30.2g/3.0g 小:552kcal/30.0g/1.9g Ф:748kcal/36.8 g/3.6 g 中:708kcal/37.6g/2.1g 中:833kcal/36.1g/3.3g 中:763kcal/31.7g/2.3g 【表示について】 こんげつ わしょくけっかん 今月は和食月間です!「いい歯

※都合により、献立を 変更することが あります。

エネルギー/たんぱく質/塩分

の肖メニュー」「コラボランチ」「キラ ッと新潟米☆地場もん献立」と和食 や日本の食さを知る蹴わいメニ ューがたくさんあります! (中旬に特別号を発行します)





湯之谷小 中学校 月 水 木 5 バングラデシュ料理 【いい歯の日メニュー】 ごはん チキンビリヤニ マーボー丼 ごはん ピアジ チキンチキンごぼう 鯖のみそ煮 白菜卵スープ ベンガルサラダ **初半**みそ洋 コロコロポテトサラダ みかん ヨーグルト 大根みそ汁 源氏登 こめ,さとう,ごまあぶら,かたくりこ しめ,オリープオイル こりにく,とうにゅうヨーグルト,牛乳 こめ,かたくりこ,あぶら,さとう,じゃがいも ‡乳,とりにく,あぶらあげ,みそ,だいず ぶたにく,みそ,とうふ,牛乳,ベーコン,たまご }よこまめ,ヨーグルト まねぎ,パプリカ,ピーマン,トマト,にんじん こんじんたけのこねぎにらだいこん ごぼう,きりぼしだいこん,にんじん,えのき,ねき こまねぎ,はくさい,えのき,みかん 小:689kcal/22.1 g/1.5 g 小:612kcal/30.0g/2.1g 小606kcal/24.9g/2.6g 小652kcal/29.8g/1.4g 中:772kcal/37.6g/2.6g 中:785kcal/24.5g/1.9g 中:736kcal/29.0g/3.0g 中:796kcal/35.1 g/1.7 g 鬼滅の刃 男子★弁当部 12 小さなスプーンおばさん かいけつゾロリ 13 ポテトサラダ 食パン ごはん ツルカメラーメン カレービビンバ幹 梅昆布ごはん セルフツナサンド トンカツ ごまじゃこサラダ 禰豆子風ちくわ犬ぷら 野菜スープ **中スライスチーズ** ポテトサラダ 手作りぶどうゼリー みかん 伊之助 もやしみそ汁 ミートマカロニスープ 生姜佃煮の風味漬け 回 年 到 さつまいも汁 🏻 🖟 🕅 め さとう こむぎこ あぶら ごま さつまいも こめ、さとう、ごまあぶら、すりごま、じゃがいも こめ、パンこ、あぶら、じゃがいも、マヨネーズ めん,さとう,ごまあぶら,ごま んぶ,あぶらあげ,牛乳,ちくわ,あおのり +乳,ぶたにく,ハム,あぶらあげ,みそ,だいず なると,やきぶた,ハム,ちりめんじゃこ,牛乳)つおぶし,みそ,だいず うめ,キャベツ,きゅうり,にんじん,しょうか キャベツ,たまねぎ,きゅうり,しめじ,にんじん にんじん,もやし,メンマ,ねぎ,キャベツ きりぼしだいこん,きゅうり ぜんまい,にんじん,もやし,こまつな,たまねぎ きゅうり,にんじん,だいこん,もやし,ねぎ まくさいみかん トマト,りんご,レモン 小:722kcal/29.2g/2.1g 小:652kcal/26.8g/2.8g 小:573kcal/19.6g/2.2g 小:709kcal/26.4g/2.4g 小:573kcal/25.3g/2.7g 中:764kcal/30.0g/3.0g Ф:896kcal/35.0 g/3.4 g 中:710kcal/25.1 g/2.4 g 中:885kcal/34.8g/2.4g 中:752kcal/31.9g/3.2g 18 19 【小 3・4 年リクエスト】|20 21 〔きらっと新潟米☆地場もんラン千〕 ごはん(有機栽培特別米) ハヤシライス ごはん ごはん 豚キムチチャーハン ししゃものカリカリ��げ<mark>ミルメーク</mark> 厚焼玉子 茎わかめと チキン味噌カツ もやしのサラダ こぶあえ カリカリ野菜鉄火みそ からしなます 焼きぎょうざ りんご 塩とり汁 山汁 苔菜みそなべ 中華卵スープ こめ,ごまあぶら,ごま,かたくりこ こめ,かたくりこ,あぶら,さとう,しらたき う<mark>,ごま</mark> こく,だっしふんにゅう,なまクリーム 乳,ししゃも,たまご,あおのり,こんご ぶたにく,牛乳,とうふ,なると,たまご +乳,たまご,だいず,みそ,ぶたにく,とうふ ‡乳、とりにく,みそ,あぶらあげ,ぶたにく ‡乳,くきわかめ,ハム こんじん,はくさいキムチ,にら,もやし しいたけ,にんじん,きゅうり,きりぼしだいこん どいこん,ごぼう,さんさい,しめじ,えのき,ねぎ ベツ,こまつな,にんじん,えのき,る こまねぎ,にんじん,もやし,みずな,りんこ こんじん,ごぼう,しめじ,はくさい,ねぎ はくさい,ねぎ 小:653kcal/22.3 g/2.7 g 小:575kcal/25.4g/1.7g 小:635kcal/23.3g/2.6g 小:634kcal/30.1 g/2.5 g 小:651kcal/32.3g/1.7g $\Phi:772$ kcal/35.3 g/2.8 g 中:794kcal/25.7g/2.9g 中:724kcal/31.9g/2.3g 中:792kcal/31.9g/2.3g 中:792kcal/38.4g/2.2g 25 28 ごはん きのこうどん ごはん **米粉パン・りんごジャム** 算学と鶏肉の揚げ煮 い かまのお好み揚げ もったいないの ますの塩麹焼き おかかあえ スコップメンチ あぶらげあえ 鼠味あえ フレンチサラダ かきたま洋 とう ss 豆腐とわかめのスープ (め,さといも,かたくりこ,あぶら,さとう ぬこパン,パンこ,オリーブオイル こめ、ごまあぶら、さとう、じゃがいも、かたくりこ りこよ, フロンパート乳, とりにく,かつおぶし,あぶらあげ,みそ 上乳,あかうお,あぶらあげ,かつおぶし,みそ ‡乳,ぶたにく,おから,チーズ,なると,とうら ぶたにく,かまぼこ,あぶらあげ,牛乳,ささかき えのきみずな 小625:kcal/26.8g/1.9g 小:610kcal/30.2g/3.0g 小:552kcal/30.0g/1.9g 小:647kcal/29.9g/3.0g 中:748kcal/36.8g/3.6g 中:708kcal/37.6g/2.1g 中:833kcal/36.1g/3.3g 中:763kcal/31.7 g/2.3 g 【表示について】 今月は和食月間です!「いい歯 の首メニュー」「コラボランチ」「キラ ※都合により、献立を

変更することが あります。 牛

黄;体を動かすエネルギーになる食 ; 体の調子を整える食品

エネルギー/たんぱく質/塩分

νと新潟米☆地場もん献立」と 和食や日本の良さを知る味わい メニューがたくさんあります! (中旬に特別号を発行します)







中学【今月のアレルギー対応食対象者】

→ ⊕1A 佐藤陽琉 ※その他の除去・代替はありません。