

# 11月 給食だより

「実りの秋」「食欲の秋」である今の季節には、たくさんの旬の食べ物をたっぷり味わうことができます。自分が住んでいる地域で育てられた秋の味覚をしっかりと味わいましょう。

## 11月は「しまね・ふるさと給食月間」

島根県では、6月と11月を「しまね・ふるさと給食月間」と定めています。

学校給食では、この期間に、地域でとれた食材や地域で作られた食品をできるだけ多く取り入れます。

みなさんには、いつも以上に、ふるさとの食について関心をもったり、生産者さんたちに感謝をしたりしながら地域の食材や食品をおいしく味わってほしいと思います。



お家でも、地域の食材を  
すすんで食べましょう！



## 11月23日は「勤労感謝の日」

みなさんが学校給食などの食事を食べるまでには、いろいろな人がかわり、働いてくださっています。

感謝の気持ちをもって食べることはもちろん、心をこめて「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつをしたり、食器や食缶をきれいに返したりすることで感謝の気持ちをあらわしましょう。



食べ物を育てる人



食べ物を運ぶ人



給食当番さん



調理をする人



こんだてを考える人

10月27日～11月9日は「読書週間」

絵本の中の料理が登場します！



『おなべおなべにえたかな?』

出版社・福音館書店 こいでやすこ・さく

きつねの「きっこ」と、いたちの「ちい」と「にい」は、たんぼぼをつんでおおばあちゃんのところへ行きます。

しかし、お医者さんのおおばあちゃんは、けがをしたこがらすのうちへ行ってしまう。

そこで、「きっこ」たちはおおばあちゃんを作っていたスープのぼんを頼まれ……?

## 給食レシピ紹介

### たんぼぼスープ (4人分) 【作り方】

|        |      |
|--------|------|
| ・にんじん  | 1/3本 |
| ・たまねぎ  | 1/2こ |
| ・水煮大豆  | 20g  |
| ・枝豆むきみ | 20g  |
| ・たまご   | 2こ   |
| ・粉チーズ  | 大さじ2 |
| ・パン粉   | 大さじ2 |
| ・パセリ   | 少々   |
| ・油     | 適量   |
| ・コンソメ  | 小さじ2 |
| ・塩     | 少々   |
| ・こしょう  | 少々   |
| ・水     | 3カップ |

- ① にんじんはせん切り、たまねぎはうす切りにする。
- ② たまごを溶き、粉チーズ、パン粉を入れてよく混ぜる。
- ③ 鍋に水を入れて、にんじんを入れ沸騰させる。
- ④ 沸騰したら、たまねぎをいれ煮る。たまねぎに火が通ったら水煮大豆、枝豆を入れて煮る。
- ⑤ 材料がやわらかくなったら、コンソメ、塩、こしょうで味付けをして、②のたまごを流し入れる。
- ⑥ たまごが浮いてきたらパセリをちらす。

絵本ではたんぼぼが入っていますが、  
給食ではたまごをたんぼぼに見立てました。