



# 10月 きゅうしょく はいぜんず



月	火	水	木	金
<b>2</b>  かみかみかいそうサラダは茎わかめを入れ、かみ応えをだしました。しっかりかんで食べましょう。	<b>3</b>  鶏肉のバーベキューソース焼きは、りんごと玉ねぎをすりおろして作ったタレに漬け、鶏肉を焼きます。甘酸っぱい味わいを楽しみましょう。	<b>4</b>  はしを使って、のりをごはんに巻けるかな？チャレンジしてみてね。	<b>5</b>  韓国料理の「ビビンバ」を井ぶりにしました。ご飯に肉・野菜・味噌をよく混ぜていただきます。	<b>6</b>  前期の給食最終日です。みんなと仲良く、美味しく給食をいただきます！
<b>9</b> <b>秋休みも「はやね・はやあき・あさごはん」</b> 				
<b>12</b>  後期スタート！今日は旬の食材をふんだんに使用した「秋メニュー」で給食再開です!!	<b>13</b>  <b>【高等部現場実習 応援メニュー】</b> 来週からの現場実習がんばってくださいね♪応援しています！			
<b>16</b>  高等部 現場実習 パナナは手で皮をむいて食べます。食事の時は、しっかり手を洗いましょ。	<b>17</b>  高等部 現場実習 ハンバーグは一つ一つ手作りします。美味しさがギュッとつまったハンバーグです。	<b>18</b>  高等部 現場実習 黒ごまを衣にして揚げた料は「南部揚げ」と呼ばれます。岩手や青森の昔の南部地方が黒ごまの産地であることが由来です。	<b>19</b>  高等部 現場実習 さつまいもは食物せんいが豊富です。食物せんいはおなかの掃除をする役割をしてくれます。	<b>20</b>  高等部 現場実習 「フルーチェ」は日本の食品メーカーの商品名で、果物の「フルーツ」・菓子の「ドルチェ」を合わせた造語です。
<b>23</b>  高等部 現場実習 ことわざで「りんごが赤くなると医者が青くなる」がありますが、りんごの栄養価が優れていて病気知らずになるたとえです。	<b>24</b>  高等部 現場実習 主食は食パンにたまねぎ、ピーマン、ベーコン、チーズをのせ、一つ一つ焼きます。	<b>25</b>  高等部 現場実習 ヨーグルトはカルシウムが豊富で、骨や歯を丈夫にします。	<b>26</b>  ~給食お休み~ 小学部: 買い物学習 中学部: 花山合宿学習 高等部: 現場実習	
<b>27</b>  高等部 現場実習 宮城の郷土食メニュー。「油麩」と「はっと」は登米市が発祥。	<b>30</b>  ターメリックという香辛料と一緒にご飯を炊くと、食欲をそそる黄色のご飯に炊き上がります。ハヤシライスを美味しくいただきます！	<b>31</b>  10月31日、ハロウィンです。ハロウィンカラーをイメージしたメニューにしてみました。楽しく食べてね！	<b>秋が旬の食べ物</b>  ほかにはどんな食べ物があるかな？	