

きゅうしょく

給食ひとくちメモ



がつようか すい

10月8日(水)

きょう にじゅうしせつき かんろ 今日(きょう)は二十四節気(にじゅうしせつき)の「寒露(かんろ)」です。この時期(じき)、「鴈(がん)」という鳥(とり)が冬(ふゆ)を越(こ)すために、ロシアのシベリア(シベリア)から日本(にほん)に渡(わた)ってきます。がんもどきは元々(もともと)こんにゃく(こんにゃく)を炒(いた)めて鴈(がん)の肉(にく)に食感(しょっかん)を似(に)せて作(つく)った料理(りょうり)で、時代(じだい)とともに今(いま)の豆腐(とうふ)ベースになりました。

りょうり うし りょうり からだ なか おも 料理(りょうり)の後ろ(うし)のマークは、その料理(りょうり)が体(からだ)の中(なか)で主(おも)

にどんな働(はたら)きをするかを表(あらわ)しています。

エネルギーになる…★

きんにく ほね 筋肉(きんにく)や骨(ほね)をつくるもとになる…○

からだ ちょうし ととの 体(からだ)の調子(ちょうし)を整(ととの)える…*



のり^あ和え*○

ぎゅうにゅう 牛乳(ぎゅうにゅう)*○

てづく 手作り(てづく)がんもどき○*★

ごはん★

こじる 呉汁(こじる)*○