



# めしあがレター No.24

\*給食委員さん、皆に伝わるように大きな声で読んでください。  
\*10月の給食目標「食品ロスを減らそう」

<p>10月 21日 (月)</p>	<p>たまごどん <b>卵丼</b> (むぎ 麦ごはん) ぎゅうにゅう <b>牛乳</b> じゃこドレサラダ あきいろ <b>秋色ゼリー</b></p>	<p>あき しゅうかく きせつ 秋は収穫の季節です。あき しゆん た もの い なに おも う 秋が旬の食べ物と言えれば何が思い浮かびますか？… さつまいも・里芋・ぶどう・まつたけ きょう きゅうしよく あきいろ さつまいも・里芋・ぶどう・松茸・さんまなどなど。今日の給食の秋色ゼ リーには、あき しゆん なし かき つか りには、秋が旬のりんご・梨・柿を使いました。この間まで暑い暑いと い 言っていたのに、きせつ なつ あき うつ か 言っていたのに、季節はしっかり夏から秋へ移り変わっています。食欲の あき たの 秋を楽しみましょう♡</p>
<p>10月 22日 (火)</p>	<p>いわつき <b>岩槻ごはん</b> ぎゅうにゅう <b>牛乳</b> じゃがいもの にく <b>肉みそかけ</b> ず あ <b>ごま酢和え</b> りんご</p>	<p>フードロスを減らすために自分がと り組 んでいることはありますか？りゅうこう 語にもなった「手前取り」は、か もの と き しょうみきげん みじか たな てま 語にもなった「手前取り」は、買い物にいった時に賞味期限の短い棚の手 え しゅうひん か 前の商品から買って、フードロスを減らす取り組みです。また、さいたま し 市では、あま しよざい にちようび よる ぜんぶ つか 市では、余った食材を日曜日の夜に全部使ってスープを作る「日曜日は食 べつくスープ」をていあん けんさく べつくスープ」を提案しています。検索するとレシピがたくさん出てきま すよ。えすでいーじーれつげん えすでいーじーれつげん SDGs実現のゴール 2030年まで、あと6年。あきらめずにできることをやっけていきましょ う！</p>
<p>10月 23日 (水)</p>	<p>なめし <b>菜飯</b> ぎゅうにゅう <b>牛乳</b> いもに <b>芋煮</b> しおこんぶ あ <b>塩昆布和え</b></p>	<p>きょう きゅうしよく いもに やまがたけん きょうどりょうり さいも ぎゅうにく 今日の給食は「芋煮」は山形県の郷土料理です。里芋や牛肉、こんにゃ く、ねぎなどをお鍋に入れて、さとう さけ に いもに く、ねぎなどをお鍋に入れて、砂糖としょうゆと酒で煮た芋煮をグループ でかわら た いもにかい わたし かわら で河原で食べるのが「芋煮会」です。私たちは河原でバーベキューをする のが一般的ですが、やまがたけん ひと き はる はなみ あき いもに かい のが一般的ですが、山形県の人に聞くと、春はお花見、秋は芋煮会とい くらいポピュラーな行事だそうです。まいとし にほんいち いもにかい 毎年ニュースになる日本一の芋煮会 は3万人の芋煮を大鍋で作る様子が放送されます。</p>
<p>10月 24日 (木)</p>	<p>きのこクリーム <b>スパゲティ</b> ぎゅうにゅう <b>牛乳</b> ビーンズサラダ <b>アップルパイ</b></p>	<p>いま いちねんじゅう さいばい 今は1年中栽培されていて、いつでも食べられるので、旬を感じないかも しれませんが、きのこはあき しゆん きょう しれませんが、きのこは秋が旬です。今日のきのこクリームスパゲティに は、しめじとエリンギをつか きょう きゅうしよくじかん ほんもの は、しめじとエリンギを使いました。今日の給食時間に本物のきのこを5 しゆるい も きょうしつ い なまえ 種類持って教室に行きます。きのこの名前わかるかな～？</p>
<p>10月 25日 (金)</p>	<p>いわつき <b>岩槻ごはん</b> ぎゅうにゅうまあ <b>牛乳生揚げと</b> たまご <b>うずら卵の</b> あます に <b>甘酢煮</b> くき <b>茎わかめの</b> <b>サラダ</b></p>	<p>きょう 今日の「めしあがレター」はおんがく の〇〇先生からです。ことし がっしょうさい 今日の「めしあがレター」は音楽の〇〇先生からです。今年の合唱祭の テーマは「愛 ～絆でつくる僕らの歌～」です。ことし かがくねん がっしょうきよく テーマは「愛 ～絆でつくる僕らの歌～」です。今年の各学年の合唱曲に は、ひび かか かがたがた かんしゃ おも はい がっしょうれんしゅう とお は、日々関わっている方々への感謝の思いが入っています。合唱練習を通 して、クラスや学年の皆との絆は深まりましたか？あした なかま せんせい かぞ して、クラスや学年の皆との絆は深まりましたか？明日は仲間・先生・家 族・お客様に感謝の気持ちを込めて歌を届けましょう！ちなみに、ほんばん 族・お客様に感謝の気持ちを込めて歌を届けましょう！ちなみに、本番の ぜんじつ にく た よ こえ 前日にお肉を食べると良い声がでますよ。ぜひ試してみてください。みな さんの素晴らしい歌声がたいいくかん ひびく たの さんの素晴らしい歌声が体育館いっぱい響くことを楽しみにしています。</p>