



めしあがレター No.23

*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「フードロスを減らそう」

10月 13日 (月)	スポーツの日	
10月 14日 (火)	いわつき 岩槻ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さけ 鮭のちゃん ちゃん焼き だいこん 大根ときゅうりの ちゅうかつ 中華漬け こんさいじる 根菜汁	「魚の日」8回目は、秋が旬の「鮭」です。川で産まれた鮭が、海に行き、生まれた川に戻って産卵する「遡上」をすることで知られていますね。その遡上の季節が9～11月の秋です。鮭の卵は何と呼ばれるか知っていますか？…そうです。「いくら」とか「すじこ」と呼ばれますね。今日の「鮭のちゃんちゃん焼き」は北海道の郷土料理で、石狩地方の漁師たちのまかない料理から誕生したと言われています。旬の鮭をめしあがれ♥
10月 15日 (水)	かつうら 勝浦タンタンメン (中華麺) ちゅうかめん 牛乳 や 焼き芋 から ピリ辛もやし	「勝浦タンタンメン」は、千葉県勝浦市のご当地ラーメンで、一般的な担々麺とは異なり、ごまを使わず、しょうゆベースのスープににんにくや玉ねぎ、ラー油を使うのが特徴です。海に潜る海女さんが冷えた体を温めるために食べていた料理が発祥だそうです。勝浦市に行くと、それぞれの特徴がある勝浦タンタンメンのお店が何軒もあるので、食べ歩きに出かけてみては？
10月 16日 (木)	こぎつね こぎつね寿司 ぎゅうにゅう 牛乳 もど 戻りカツオのフライ (ソース) こんさい 根菜ごまキムチ汁	戻ってきました！5月の給食では、黒潮に乗って北に移動する「初鯉」を紹介しましたが、秋は、黒潮に乗って南に戻る「戻り鯉」を味わってください。初鯉に比べると、夏の間、エサをたっぷり食べた鯉は、脂が乗っておいしさが増えています。魚編に堅いと書く通り、とても堅い魚で、海の中を時速70km以上の速さで泳ぎ続ける「回遊魚」です。旬の鯉分たっぷりの鯉をめしあがれ♥
10月 17日 (金)	今年度の「食育の日」も「先生の好きな給食」を紹介しています。 5回目は1年1組の門沢先生の好きな給食です。 献立は、山型食パン・チョコクリーム・牛乳・タンドリーチキン・門沢tの好きなひじきのマリネ 門沢tの好きなコーンスープです。 今日の「めしあがレター」は給食委員が放送でお伝えします♥	