

11月食育だより

ブックメニュー

10月27日～11月9日の読書週間にちなんで、教科書や絵本のお話から考えた献立、
ブックメニューが給食に登場します！ 気になるお話があればぜひ読んでみてくださいね♪



12(水)『かさこじぞう』より 「かさこじぞう」の恩返しみそ汁

文:岩崎京子 絵:新井五郎

「かさこじぞう」は小学校2年生の国語の教科書に載っているお話です。覚えていますか？
地蔵様にかさこをかぶせてあげたおじいさん。
それを「ええことをしなすった」と喜ぶおばあさん。
その年の大晦日、地蔵様が、じよいやさ じよいやさ
とそりを引いて持ってきてくれた食べ物が入っているみそ汁です。



19日(水)『おばけのアッチとドラキュラスープ』より ドラキュラスープ

作:角野栄子 絵:佐々木洋子

おばけの「アッチ」は、レストランのシェフさん。
ある日、ドラキュラの孫で料理上手の「ドラちゃん」
から「ドラキュラスープ」をメニューに入れるように
すすめられます。そのスープは、トマトやにんじん、
赤ピーマンなど赤い野菜がたくさん入った、名前の通り
の真っ赤なトマトのスープです。かくし味に、ほんの
ちょっぴり赤とうがらしが入っています。



20(木)『サラダでげんき』より 「りっちゃん」のサラダ

作:角野栄子 絵:長新太



「サラダでげんき」は小学校1年生の国語の教科書に載っているお話です。覚えていますか？
「りっちゃん」が病気のお母さんが元気になるよう、
たくさんの動物たちに教えてもらいながら作った、
おいしいサラダです。



28日(金)『劇場版鬼滅の刃 無限列車編ノベライズ』より 「うまい！うまい！」牛鍋の具

原作:吾峠呼世晴 著:松田朱夏

次の任務地として、「無限列車」に乗った「竈門炭治郎
(かまどたんじろう)」たち。そこで、いくつもの牛鍋弁
当を『うまい！うまい！』と言いながら食べている炎柱
(えんばしら)の「煉獄杏寿郎(れんごくきょうじゅう
う)」と出会います。牛鍋弁当の具は、牛肉や玉ねぎな
どの野菜をいっしょに甘辛くたいています。「煉獄」さ
んが食べたお弁当のように、ご飯にのせて食べてみてく
ださい！



11月8日は「いい歯の日」です

11月7日(金)の給食は「いい歯の日
メニュー」です。
かみごたえのある、ごぼうやこんにやく
などが入った「けんちん汁」や、「きびなご
カリカリフライ」、骨や歯を作る
カルシウムを多く含んだ、「小松菜と
ちりめんじゃこのあえ物」や、「かみかみ
大豆」が出ます。



かみごたえのあるものを食べよう



作成:豊中市立中学校栄養教諭

豊中市教育委員会事務局 学校給食課

TEL/06-6843-9101