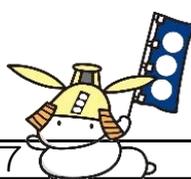


#

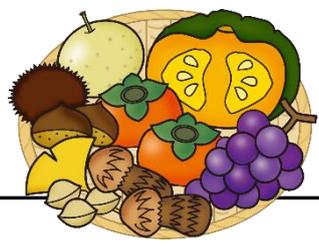
令和6年 10 月 もりつけ表 (配膳図)

月(げつ)	火(か)	水(すい)	
12日・13日「津まつり」 津の初代藩主、藤堂高虎が入府した月を記念して、「津まつり」が行われます。 高虎は、津の町の基礎を作った人です。高虎が、負しかつた浪人時代に、餅屋から受けた恩を忘れないように、藤堂家の旗のしるしを「まるもち三つ」にしたそうです。	1 火(か) かつおのあまからに ほうれんそうと もやしのいそかあえ むぎごはん ぶたじる	2 水(すい) ぎゅうにゅう ロールパン ちゅうかめんいり スープ チンジュ ワンス	いわい
7 	8 かつおの旬は、春と秋の2回です。秋にとれるかつおは「昆りがつお」と呼び、脂がのつ	9 珍珠丸子は、中国の料理のひとつです。肉団子を作り、水につけておいた「もち米」をま	こもく 五自 す 料
ひじきサラダ むぎごはん こめこのカレー	さばのなんぶやき はくさいづけ むぎごはん いもに	ロールパン いかフライの チンゲンサイの	シ ミ
ひじきは、春にとれるやわらかい葉を、水煮や蒸してから干して乾燥させたものです。	芋煮は、山形県などで昔から食べられてきた郷土料理です。肉や里芋などの具を煮て	いかフライは、かみかみメニューです。よくかんで食べると 消化の働きを助けたり 食べ物の	あき 秋は す 祭
14	15	16	
スポーツの日	みかん チキンライス たまごスープ	げんりょう さつまいもと れんごんのチップス カレーうどん	さわら く
みなさんがよく食べているみかんは、「温州みかん」で、日本で生まれ、風邪を予防	チップスは、薄く切った芋などを、油でからりとなるまで揚げたものです。給食のチップス	きりぼし 切干 たもの	
21	22	23	こま
ぶたにく さつまいもの みそ汁	とうふのにくみそかけ にくみそ むぎごはん ぶたにくとやさい のいたれもの	こくとうパン だいずサラダ まこもたけの	のり のり
さつまいもは、今が旬の食べ物です。ビタミンCや食物せんいが豊富です。じっくり火を通	豆腐は、豆乳に「にがり」を加えて固めたものです。今日の豆腐は、三重県産の大豆を	まこもたけは、三重県の特産品です。今日は、津市の美杉町や河芸町で作られたものを	す 三
28	29	30	いかの
てりやきチキン さつまいもごはん けんちんじる	こまつなと もやしのおかかあえ むぎごはん あつあけ うずらたまごの	いちご ロールパン ほきの ごぼうサラダ	いかの せ
けんちん汁は、大根とごぼう、にんじんなどのたくさんの野菜やこんにやくが入った、しょう	うずら卵は、小さいので、丸ごと料理に入れることができます。給食では、水煮のうずら卵	ごぼうは、食物せんいが多く含まれ、かみごたえのある野菜です。今日はサラダにしまし	す げ物





黒田小学校

木(もく)	金(きん)
<p>3</p> <p>しのなんばんづけ ぎゅうにゅう</p> <p>ごまあえ </p>  <p>むぎごはん ごもくまめ</p>  <p>「豆は、昔から食べられてきた和食で、理名の五目とは、5種類の栄養やバラ</p>	<p>4</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>げんりょう コール スロー</p> <p>ロールパン </p> <p>スパゲッティ クリームソース</p>  <p>スパゲッティは、イタリア語で「ひも」という意味です。イタリア料理で使われるパスタのひとつ</p>
<p>10</p> <p>ソノモチくん ぎゅうにゅう</p> <p>まつりずし </p> <p>しろみそしる</p>  <p>新米や芋、栗などがとれ、豊作に感謝の気持ちが各地方で行われています。今日は</p>	<p>11</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>こさけのパン エセル だいこんサラダ はくさいスープ</p> <p></p>  <p>今頃になると、大根や白菜などの野菜が、旬を迎えます。たくさん出回り、味もおいしく</p>
<p>17</p> <p>うのしろみそやき チンゲンサイと ぎゅうにゅう</p> <p>むぎごはん まこもたけの </p>  <p>大根は、大根を細切りにして、乾燥させて、天日に干すことで甘みが増し</p>	<p>18</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>こめこいりパン トレッシング </p> <p>チリコンカーン</p>  <p>チリコンカーンは、メキシコやアメリカ南部のチリパウダーの入ったドリツと辛い味の豆の煮</p>
<p>24</p> <p>つなと ぎゅうにゅう</p> <p>やきのり </p> <p>むぎごはん ちくげんに</p>  <p>は、わかめや昆布の仲間、海そうである。重慶の海で、たくさん養殖されています。</p>	<p>25</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ロールパン まぐろとじゃがいもの ケチャップみそあえ あおなと </p> <p>とうふのスープ</p>  <p>まぐろは、赤身の魚で、本まぐろ、メバチまぐろ、キハダまぐろなどの種類があります。</p>
<p>31</p> <p>か ぎゅうにゅう</p> <p>さんしょくあえ </p> <p>こうやとつゆと</p> <p>むぎごはん</p>  <p>さっぱりと、さわやかな香りのレモンは、揚げた料理にかけると、さっぱりと食べる</p>	

ちさとがおかしょうがっこう  
千里ヶ丘小学校  
うめのししょうがっこう  
上野小学校  
とよつししょうがっこう  
豊津小学校  
くろだしょうがっこう  
黒田小学校  
くろだようちえん  
黒田幼稚園  
かわげ   
河芸こども園  
ちさとがおかしょうがっこう  
千里ヶ丘幼稚園



