



10月 給食だより



「早寝早起朝ごはん」
運動シンボルマーク

練馬区立豊玉東小学校

秋も深まる 10月。過ごしやすい季節となりました。日中と朝晩の気温の差が大きく、体調を崩しやすい季節でもあります。規則正しい生活とバランスのとれた食事、適度な運動で体調管理にも気をつけましょう。疲れたときは、早めに休養をとり、十分な睡眠で体を休めることも大切です。

10/16(月)~
10/27(金)は
読書旬間
です♪

本に出てくる料理が給食に登場します♪

メニュー



16日(月)シェパード・パイ

【ハリーポッターと秘密の部屋】
著:J・Kローリング

魔法学校で新たな事件が!!
「シェパード・パイ」は
ハリーを元気づけることが
できるでしょうか?



23日(月)チーズハンバーグ

【かあちゃん取扱説明書】
著:いとうみく

かあちゃんをほめると、
ぼくの大好きな
チーズハンバーグを
作ってくれました。



26日(木)かぼちゃプリン

【もりいちばんのおともだち】
著:ふくざわゆみこ

くまさんとヤマネくんは
畑でそだてた野菜で
ごちそうを作りました。
デザートはかぼちゃのプリンです。

本は学校図書館管理員の河崎先生に選んで
いただきました♪図書室にある本なので、
是非読んでみてください!



10月のこんだてより



・4日 “十五夜” にちなみ「月見団子」です。

上新粉と白玉粉を使って一つ一つ給食室で丸めて作ります。

十五夜は里芋をお供えることから“芋名月”とも呼ばれます。

芋名月にちなみ「里芋ごはん」です。

・6日 「チキンカツ」：運動会応援献立（自分にきちんと勝てますように♪）

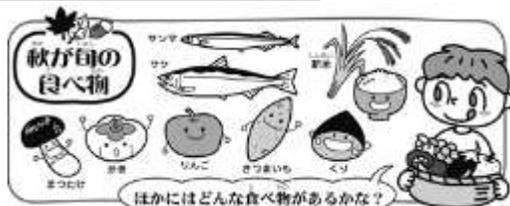
・12日 “12（とうにゅう）”の語呂合わせから『豆乳の日』。豆乳ゼリーを作ります。

★ 恵みの秋!! 秋に美味しい食材がたくさん登場します ★

・16日・23日・26日はブックメニュー。

（左記参照）

その他にも本から飛び出したメニューがあります。↓



ジャームスくん家族をさがそう!!

『じゃがいもポテトくん 著：長谷川義史』

きたのくにから じゃがいもの じゅーむす が かぞく しんせきみんなで やおやさんに きました。
ジャームスくん・お父さんのジャック・お母さんのじゃじゃりん が 読書有間のどこかかかれています。
ジャームス君たちお母の料理になったのかな？（本で何の料理か見てみてください！）



9月のきゅうしょくしつ

夏休み明け、ひとまわり大きくなって帰ってきた子供たち。久しぶりの給食でみんな食べてくれるかなと心配だったのですが、みんなとてもよく食べてくれました。

9月は暑い中、運動会の練習を頑張っていたので、ハトハトで食欲が出ない子もちらほら。食べにくいメニューのときは残りも多くなってしまったのですが、少しでも食べようと頑張ってくれていました。

『食欲の秋』到来です。たくさん食べて元気に過ごしてほしいと思います。

★ 豊東小・豊二中・豊二小の三校で実施される「小中一貫教育」★

今月は6年生が10/18・19と豊二中に行きます。給食も中学校と同じメニューです。

【学校給食費の納入にご協力をお願いします。】

今月の振替は 10月5日（木） です。

再振替日は 10月16日（月） です。



◆9月に使用した食材の主な産地について◆

人参：北海道、玉ねぎ：北海道、ごぼう：青森県、蓮根：茨城県、小松菜：埼玉県、大根：青森県、青梗菜：千葉県
なす：栃木県、生姜：高知県、にんにく：練馬区、セロリ：茨城県、ほうれん草：群馬県、キャベツ：群馬県
さつまいも：千葉県、もやし：栃木県。えのき：新潟県、ねぎ：秋田県、鶏卵：群馬県、りんご：青森県、梨：長野県