



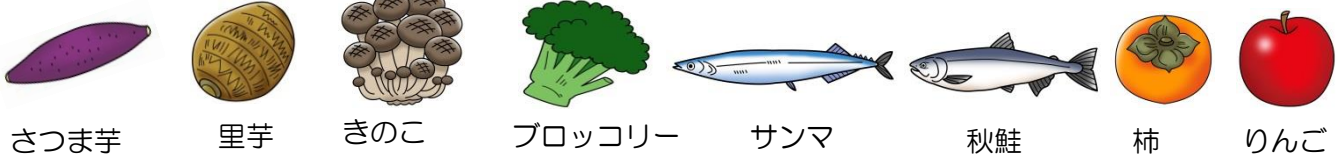
給食だより

10月

練馬区立早宮小学校
校長 今村 理恵
栄養士 中 智子
平成28年9月27日発行
(児童数配布)

木の葉がだんだんと黄色や赤に色づく季節となりました。秋においしくなる食材はたくさんありますが、秋鮭もそのひとつです。夏に採れた鮭を食べたことがあるよ！という人もいますでしょうか。旬である秋からはずれた夏に採れる鮭のことを、【時不知(ときしらず)】と呼びます。

【季節の食材】



さつまいも 里芋 きのこ ブロccoli サンマ 秋鮭 柿 りんご

10月は読書月間！



6月にも実施した図書とのコラボ給食！大好評におこたえして10月にも実施します♪
早宮小学校にある本なので、是非読んでみてください！

本に出てくる料理が給食に登場します♪

低 学年向け



【めぐろのさんま】
作・絵：川端 誠

ブックメニュー 18日(火)サンマのポウポウ焼き

秋になると脂がのって、とてもおいしい魚である、サンマ。『サンマは身分が低い者が食べる魚！』と言い、食べたことがなかった殿様でしたが…？

中 学年向け

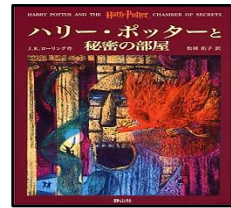


【ルルとララのスイートポテト】
作・絵 あんびるやすこ

ブックメニュー 17日(月)スイートポテト

いつもは目立たない“さつまいも”がルルとララの手によっておしゃれに大変身！思わず自分で料理をしたくなる作品です♪

高 学年向け



【ハリー・ポッターと秘密の部屋】
原著：J.K.Rowling
翻訳：松岡 佑子

ブックメニュー 20日(木)シェパードパイ

大人気“ハリー・ポッター”シリーズの2作目。ハリーとロンは怒られたばかりで、美味しそうなのパイを見ても食欲がわかかなかったとか。

お米クイズ

●クイズのヒント●

こがねいろのみのいねほいま
黄金色に実った稲が穂をたれる今の
きせつ いねが しんまいとど
季節に稲が刈られ、新米が届くよ！

Q.お米が実っている稲穂はどれでしょう？



①: 正解

学校給食費の徴収にご協力をお願い致します。今月の引き落とし日は、10月27日(木)です。事前に口座の残高をご確認ください。