

11月 給食だより



秋田明德館高等学校
平成30年10月31日発行

木の葉が色づき、秋も深まってきました。朝晩は冷え込み、これからは一日の気温の変化が大きくなってきます。体調を崩しやすい時期ですので、こまめに手洗い・うがいをし、規則正しい生活を心がけましょう。

図書コラボ給食～本の世界から飛び出した料理～

秋の読書週間にちなみ、図書コラボ給食を提供します。今回は、スタジオジブリの作品に登場するメニューを給食用にアレンジしました。主人公たちが食べていた料理は、どのような味がするのでしょうか。給食を食べて、楽しい本の世界を思い描いてみましょう。期間中は、本校の図書館にジブリ関連の本が紹介されています。ぜひ足を運んでみてください。

○11月5日（月）

「崖の上のポニョ」から「**ポニョの五目ラーメン**」

まんまるおなかの女の子ことポニョの好物が、ハム。リサが宗介とポニョのために、リサがつくったハム入りのラーメンです。



○11月6日（火）

「紅の豚」から「**ホテルアドリアーノのさけのクリームソース**」

世界恐慌真っ只中のイタリア、アドリア海を舞台に、豚に姿を変えた男、ポルコ・ロッソ。マダム・ジーナが経営するホテル・アドリアーノで、ポルコが食べていた一皿です。



○11月7日（水）

「天空の城ラピュタ」から

「**パズーの目玉焼きトースト**」と「**シータのミートボールシチュー**」


目玉焼きトーストは、パズーとシータが、ムスカ軍隊とドーラー族の追っ手をかわして、地底に逃げ込んだ時に食べたものです。ミートボールシチューは、ドーラー家の飛行船の厨房で、シータが作ったものです。





11月分学校給食献立表

秋田明德館高等学校

月	火	水	木	金
<div style="border: 2px solid green; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">11月24日は「和食の日」</p> <p>11月24日は「いい日本食」の語呂合わせで、「和食の日」とされています。給食では一足早く22日（木）に和食献立を提供します。昆布や煮干しからとった「だし」で、味噌汁を作ります。みなさんに「だしで味わう和食」を経験してもらいたいと思います。</p>  </div>			1日	2日
			ごはん キムチスープ 回鍋肉 春巻 牛乳 810kcal	焼き鳥丼 わかめの味噌汁 大根サラダ 牛乳 721kcal
5日	6日	7日	8日	9日
☆図書コラボメニュー☆ ポニョの五目ラーメン 餃子 わかめともやし中華和え 牛乳 699kcal	☆図書コラボメニュー☆ ごはん 牛乳 野菜コンソメスープ ホテルアドリアーノのさけのクリームソース カリフラワーのソテー 666kcal	☆図書コラボメニュー☆ パズーの目玉焼きトースト シータのミートボールシチュー ヤングコーンのマスタードサラダ 牛乳 798kcal	☆いい歯の日メニュー☆ 麦ごはん 牛乳 小松菜の味噌汁 豚肉のかりん揚げ れんこんの梅和え 667kcal	ごはん 干し椎茸のスープ えびのチリソース 白菜の甘酢和え 牛乳 667kcal
12日	13日	14日	15日	16日
鶏ひじきごはん なめこの味噌汁 さんまもみじおろし煮 里芋のごま和え 牛乳 695kcal	麦ごはん さつまい 豚肉と大根の黒糖煮 チンゲンサイのおひたし 牛乳 706kcal	貝だくさん煮込みうどん キャベツの磯辺和え たこメンチカツ 牛乳 694kcal	ごはん ブロッコリースープ ポークソテーゆず味噌ソース 粉ふきいも バターコーン 牛乳 745kcal	☆減塩メニュー☆ 野菜たっぷりカレー コールスローサラダ ラフランスゼリー 牛乳 塩分約1.9g 807kcal
19日	20日	21日	22日	23日
☆あきたメニュー☆ だまこ汁 小松菜と黄菊の和え物 果物（りんご） 牛乳 630kcal	ごはん かにかまと水菜のスープ 鶏肉のカシューナッツ炒め しゅうまい 牛乳 664kcal	茶飯 おでん煮 ほうれん草のおかか和え 果物（柿） 牛乳 713kcal	☆和食の日メニュー☆ ごはん 鶏ささみとキャベツの味噌汁 さばの竜田揚げ 切り干し大根と昆布の煮物 759kcal	勤労感謝の日
26日	27日	28日	29日	30日
舞茸とベーコンのパスタ かぼちゃの和風ポタージュ かぶのレモン風味サラダ 牛乳 705kcal	☆トルコメニュー☆ バターピラフ レンズ豆のスープ 鶏肉のケバブ 牛乳 782kcal	ごはん 豆腐のスープ たらの野菜あんかけ 春雨サラダ 牛乳 661kcal	ごはん チンゲンサイの味噌汁 鶏つくね鍋風 きんぴらごぼう 牛乳 648kcal	米粉パン チキンポトフ きのこのガーリック炒め ピーチゼリー 牛乳 643kcal

* 予定献立ですので、場合によりメニューを変更することがあります。あらかじめご了承ください。

<食堂からのお願い>

- ・カバンはイスや床の上に置きましょう。
- ・給食を食べる前には食堂内の洗面台で必ず手を洗ってください。
- ・給食のものは食堂内で食べるようにしましょう。牛乳やジャムなど食堂から持ち出すことはできません。
- ・食べ終わった後、床にストローの袋などゴミが落ちていないか確認しましょう。

