



11月給食だより

令和3年10月28日
調布市立 石原小学校
校長 江原 幸一
栄養士 岩崎 可愛

秋もいよいよ深まってきました。朝夕の冷え込みを感じるようになり、空気も乾燥してきました。これからの時期は風邪をひきやすいので、朝食は必ず食べて、手洗い、うがい、衣服の調整などに気を配り、風邪を予防しましょう！



11月のこんだて紹介

《お知らせ1》

30日：ゲゲゲの鬼太郎 ～水木マンガの生まれた街 調布～

「ゲゲゲの鬼太郎」の作者である漫画家・水木しげるさんは調布市名誉市民です。

鳥取県境港市で育ち、昭和34年から93歳で亡くなるまでの56年間は調布市で過ごしました。

昨年、調布駅～西調布駅間に

鬼太郎ひろば



鬼太郎バス



聖地巡礼マップ



開園した「鬼太郎ひろば」が市民の憩いの場となっているほか、市内を走るミニバスやマンホールにも、鬼太郎とその仲間たちが描かれています。昨年11月には、アニメに登場した調布市内スポットを巡って楽しんでもらうための聖地巡礼マップ総集編も発行されています。

調布市では、水木しげるさんの功績を称え命日である11月30日を「ゲゲゲ」とし、様々な催しが行われています。

そこで11月30日の給食は「ゲゲゲ」にちなんで水木さんが育った鳥取県境港市の郷土料理「長芋とらっきょうの炊込みごはん、あご入りつみれ汁」を取り入れました。

デザートは昨年も大好評だった「目玉のおやじゼリー」です。

当日は石原小学校特製のコースターを配布する予定です。

・・・お楽しみに～！

《お知らせ2》 10月25日から
11月5日は読書週間です！

こんだてカレンダーの
このマークが
めじるし
目印です



10月に引き続き、「秋の読書週間」に合わせて、給食にブックメニューが登場します！

1日「精霊の守り人」より

・・・「ノギ屋風鳥めし」、
「タンダの山菜鍋」、「トッコ」



2日「小さなスプーンおばさん」より

・・・「スプーンおばさんのマカロニスープ」、
「コーヒープリン」



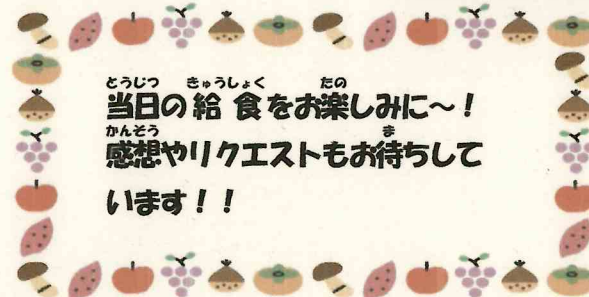
4日「ドーナツのあなのはなし」より・・・「あなあきケーキ」

5日「ハリー・ポッター」より

・・・「百味ビーンズ風サラダ」
& 「魔法ゼリー」



当日の給食をお楽しみに～！
感想やリクエストもお待ちして
います！！



★保護者の皆様へ給食費納入のお願い★

11月の引き落とし日は、5日(金)、よび日は22日(月)です。

こんだてカレンダー 11月

※使用食材については、裏面の「詳細こんだて表」でご確認ください。



月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日
牛にゅう ノギやふう とりめし タンダの さんさいなベ トッコ	牛にゅう サーモンときのこのピラフ クリームソースがけ スプーンおばさんの マカロニスープ コーヒープリン	文化の日 	牛にゅう トマトスープ スパゲティ チキンサラダ あなあきケーキ	牛にゅう チーズパン アイリッシュシチュー ひやくみビーンズふう サラダ まほうゼリー
8日	9日	10日	11日	12日
牛にゅう じゃこトースト こんやさいの とうにゅう クリームシチュー かいそうサラダ りんごゼリー	牛にゅう きじまだいらむらの しんまいごはん ししゃものなんばんづけ ニラととうふの よせなべふう みかん	牛にゅう ツナピザトースト やさいたっぷり ポトフ バナナ	牛にゅう うめじゃこごはん ひじきと きりぼしだいこんの たまごやき みだくさんみそしる	牛にゅう とりごぼうピラフ あきざけの ポテサラやき やさいスープ オレンジ
15日	16日	17日	18日	19日
牛にゅう あんかけ やきそば ワントンスープ みのむしくん	牛にゅう てづくり にくまん とうふのチャンプルー ちゅうかスープ	牛にゅう もみじごはん いわしと とりにくの いがぐりあげ かきなます のっぺいじる	牛にゅう そぼろもやしごはん スンドゥブチゲ みかん	牛にゅう まめいり ひじきごはん あげだしこうやの そぼろに きりぼしだいこんの ごまあえ
22日	23日	24日	25日	26日
牛にゅう ゆかりごはん とくせい おでん (だいこん・つみれ・ こんにやく・ちくわ ・うずらたまご など) もやしの ちゅうかあえ かき	11月23日は 勤労感謝の日 食べ物をつくってくれる人や 食べられることに感謝しましょう。 	牛にゅう いかと さつまいもの ばらてんどん ちゃわんむし とうふとわかめの すましじる だしを味わう 和食こんだて	牛にゅう きじまだいらむらの しんまいごはん のざわなと ぶたにくの いためもの なめこじる きじまだいらのりんご	にゅうさんきん いんりょう カレーピラフ じゃがいもと しろみざかなの グラタン チンゲンさいの とうにゅうスープ カラフルポンチ
29日	30日	かんしゃの心  ★11月の旬の食材は、 白菜、ほうれん草、 小松菜、れんこん、 チンゲン菜、かぶ、 春菊、きのこ類、人参、 大根、みかん、柿、 りんご、ブリ、 ししゃも などです。		
学校お休み 	牛にゅう ながいもと らっきょうの たきこみごはん あごいり つみれじる めだまのおやじゼリー  ©水木プロ	郷土料理 「長野県」 水木マンガ 生まれた街 調布 ゲゲゲ GE GE GEKI 1971年		

<今月のこんだてより>

1日(月)～5日(金)…読書週間ブックメニュー

10月に引き続き、秋の読書週間に合わせて、ブックメニューを提供します。今回は教科書掲載の物語を中心に取り入れました！詳細については、上部の「給食だより」をご覧ください。

8日(月)…「いい歯の日」かみかみメニュー

11月8日は118の語呂合わせで「いい歯」の日です。11月は19日の食育の日と合わせて、2回、かみかみメニューを入れました。よくかんで、「いい歯」を目指しましょう！

15日(月)…「みのむしくん」

季節の手作りデザートです。ラグビーボール型にしたスイートポテトに、コーンフレークの衣をまわらせて、油で揚げます。

16日(火)…「手作り肉まん」

小麦粉・イーストなどを混ぜるところから、ホッカホカの肉まんを手作りします。

24日(水)…「だしを味わう和食こんだて」

11月24日は「いい日本食の日」です。ユネスコ無形文化財にも登録された「和食」は日本の自然や歴史から生まれ、昔から受け継いできた食の文化です。この日は和食の基本である「だし」を味わえる給食です。おいしい「だし」についてのプリントを配布しますので、ぜひお読みください。

25日(木)…郷土料理「長野県」

調布の姉妹都市、長野県木島平村の食材を取り入れた給食です。新米ごはん、野沢菜漬、なめこ、豆腐、りんごを使って、おいしい給食を作ります！

26日(金)…「てんらん会」特別メニュー

てんらん会に合わせた特別メニューです。みんなの作品に負けないぐらいカラフルな給食にします！

30日(火)…「ゲゲゲ忌」

調布の名誉市民だった水木しげるさんを偲び、11月30日の命日を「ゲゲゲ忌」として、市内で各種イベントが行われます。給食も特別メニューです。詳細については「給食だより」をご覧ください。

