

10月給食の様子

秋も深まり、朝夕肌寒く感じられるようになりました。さて、今月は、季節の食べ物や豆腐たっぷりの給食を紹介します。

10月13日(水)は、熊本産のお米から作られた「こめこパン」を主食にそれにあわせて、手作りクリームを作りました。このクリームは卵、牛乳、さとう、こめこで作ったカスタードクリームにマロンペーストを加えたものです。子どもたちから「甘くておいしかった」、「くりの香りがした」等の感想をいただきました♪

10月22日(金)は、成長期にあわせた栄養ということで、良質なタンパク質の豆腐をたっぷり使いました。ガン予防のためには、豆腐などの植物性のタンパク質を積極的に取ることが大切です。近年、豆類の消費量が少ないと言われているので、豆腐やひきわり大豆などに姿を変えていろいろな給食メニューに入れていきます😊

| 日にち | ねらい・内容 | メニュー |
|------------|--------------|--|
| ①10月13日(水) | 季節の食べ物「くり」 | こめこパン、手作りマロンクリーム、マカロニスープ、いも野菜のメンチカツ、牛乳 |
| ②10月22日(金) | 良質なタンパク質「豆腐」 | そばろごはん、なめこ汁、あげだし豆腐、さつまいもとくりのタルト、牛乳 |

①10月13日(水)



②10月22日(金)

