

11月きゅうしよくだより



令和元年度
粟野南小学校

風が冷たくなってきて、秋が深まってきましたね。もうすぐ冬の足音も聞こえてきます。11月は勤労感謝の日がありますね。わたしたちは生活する中で、いろいろな仕事の人たちに支えられています。ふだんの食事、たくさんの人たちのおかげであることを忘れずに感謝の気持ちを持っていただきましょう。

11月の目標

食べ物の味を表現しよう



どんな食べ物が言葉で伝えてみよう！

- 甘い・しょっぱい
- すっぱい・苦い・辛い
- あっさり・こってり
- 水っぽい・薄い

味

香り

- 香ばしい
- くさみがない
- 柑橘系・さわやか
- ツンとした

- ボリュームがある
- みずみずしい
- 彩りがきれい
- どろっとした

見た目

食感

- やわらかい・固い
- しゃきしゃき
- ほくほく・もちり
- ふわふわ・ぷるぷる
- つるつる・こりこり

温度

- 熱い・冷たい
- あたたかい・ぬるい
- あつあつ・ひえひえ

音

- バリバリ・ポリポリ
- カリッ・パリッ
- パチパチ
- シュワシュワ



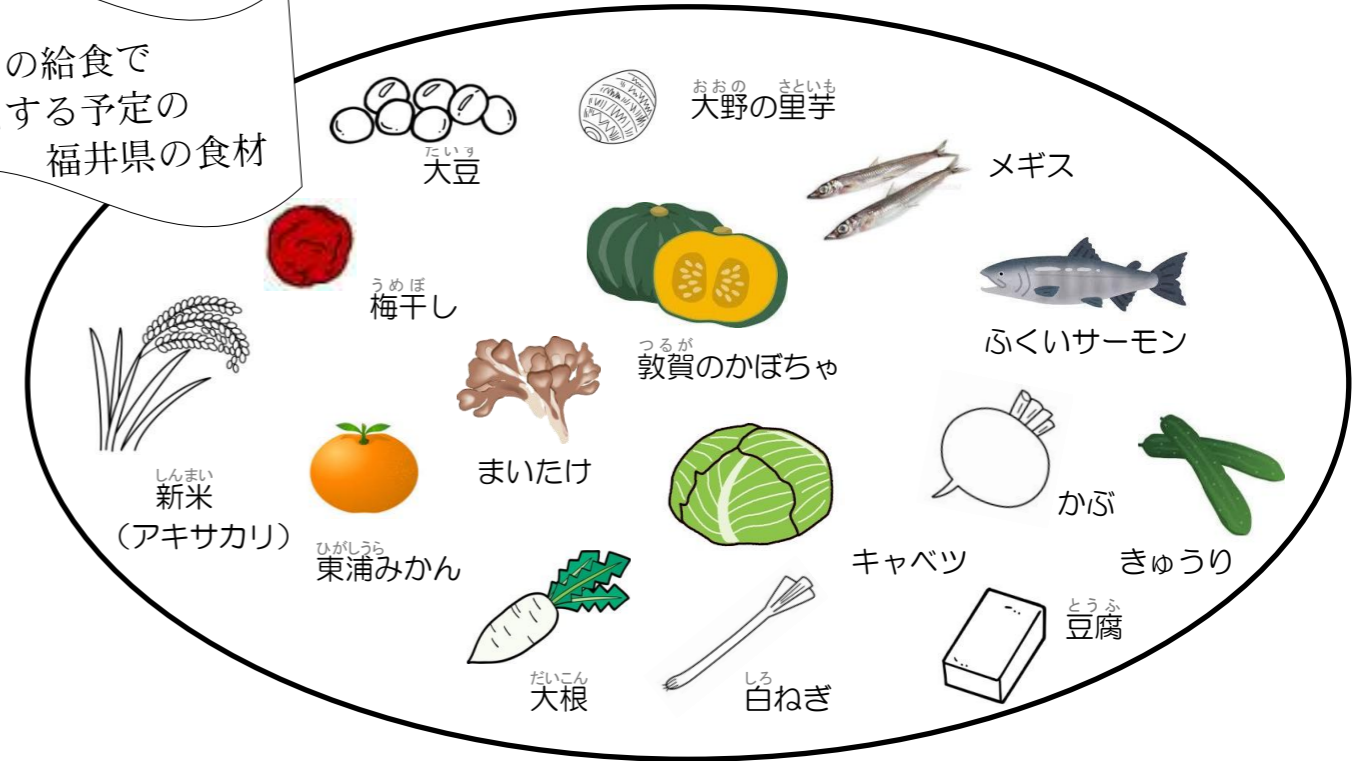
他にもいろいろな表現があるね！
どんな言葉で伝えるとおいしそうか、考えてみましょう！

給食の地場産物について知ろう



11月は福井でとれたものを使ったメニューをたくさん取り入れました。地場産物は作ってくれた人の顔が見られて安心なこと・新鮮なまま食べられること・自分の住んでいる地域の自然や歴史を知ることができることなど、たくさんの良いことがあります。そのために給食ではできるだけ多くの地場産物を取り入れるようにしています。

11月の給食で使用する予定の福井県の食材



～レシピ紹介～ おうちで簡単！！ 白菜とベーコンのほっこりスープ

イキイキ健活！
プラス1レシピ
～今より+1皿の野菜をとろう～



時間がない朝でも、簡単に作ることができる一品です！

材料（4人分）

- 白菜・・・400g
- コーン・・・200g
- ベーコン・・・50g
- コンソメ・・・8g
- 水・・・600g
- 塩こしょう・・・適量

<作り方>

- 白菜の茎は繊維にそって細かく切り、葉はざく切りにする。
- ベーコンは細切りにしておく。
- 鍋にAを入れ、中火で15分ほどふたをして煮る。
- 味をみて、塩こしょうでととのえたら、できあがり。

白菜は食物繊維が豊富だよ！



給食では他の野菜も加えた、この時期にぴったりのスープが出ます！

