



# ランチタイム ニュース



「食欲の秋」「スポーツの秋」「読書の秋」「芸術の秋」多くの楽しみがある季節がやってきました。  
給食では秋を感じる食材をいっぱい使っています！楽しみにしててくださいね。

## お月見 こんだて

10月4日「ぎゅうにくのしぐれにごはん  
もやしのおのもの・おつきみじる」

昔から、秋は月がきれいに見える季節といわれ十五夜と十三夜の2回、お月見の行事が行われていました。

お月見に欠かせない、お月見団子は給食にいられています。お昼のお月様を楽しんでください。

2017年の十五夜は10月4日  
十三夜は11月1日です。



## 秋いっぱいメニュー

19日(木) 蓮台寺かき

23日(月) みかん

24日(火) 手作りきのこいりハンバーグ

26日(木) さつまいもサラダ

31日(火) しいらの紅葉やき

さつまいも汁



あき  
秋を  
かん  
感じよう！

## 特別インタビュー

### みその小出身、教育実習中の先生たちに給食についてインタビューしました！

～ 西川先生・山下先生はみその小の先輩です。9月はみその小で教育実習し、運動会にも参加してくれました ～

質問① 小学校のころの給食の思い出を教えてください。	⇒	よく「おかわりじゃんけん」をしていました。 デザートの際は特に燃えました！！
質問② 好きだったメニュー、苦手だったメニューは何ですか？	⇒	好きだったメニューはあなごちらし、揚げパンです。マーボーなす、きのこ類が苦手でした。今回の給食ではしっかり食べています！
質問③ 久しぶりにランチルームで給食を食べてどうでしたか？	⇒	わいわい大勢で食べるのは、やはり楽しいです。 小学生のころと少し変わったところもあったみたいですが、ランチルームでの給食はなつかしくて、楽しい思い出がいっぱいですね。
質問④ ふだんの食事で気をつけていることは何ですか？	⇒	外食が多くなってしまっているので、野菜をたくさんとるようにしています。 太ってしまうので間食をしないように気をつけています。
質問⑤ 最近作った料理やおすすめの朝ごはんを教えてください。	⇒	西川先生→最近作った料理は「ホットケーキ」バターをつけて食べました。 朝ごはんは「フルーツグララ」が簡単でおすすめです。 山下先生→最近作った料理は「ナンゴレン」です。 朝ごはんは「イングリッシュマフィン」にマヨネーズをつけてチーズをのせて焼いたものがおすすめです。

ありがとうございました。やはり、みんなで食べるランチルームでの給食を懐かしく、覚えてくれているようです。

嫌いなものも今では食べられるようになっていきますね。これからも健康に気をつけて、がんばってください！



## 10月10日(火)「ぶどう」



### 目の愛護デー

10月10日は「目の愛護デー」  
目の健康には「ビタミンA」が欠かせません。また、ぶどう、ブルーベリーやなすなどの紫色の色素成分「アントシアニン」は目の疲労回復に役立ちます。

10日には、デザートにぶどうをいただきます。



## ☆ ニュース ☆

○10月6日は、3年生からのリクエスト給食「こくとうパン・ポークシチュー・フレンチサラダ」です！

○10月26日は1年生からのリクエスト給食「ドライカレー・さつまいもサラダ・りんごゼリー」です。

○10月のはじめにはお米が新米に変わります。伊勢市産の「コシヒカリ」です。