



令和3年10月号  
岩沼市立岩沼西小学校

10月の給食目標

食事と栄養に関心を持ちましょう！

涼しい風が吹くようになり、食欲、スポーツ、読書の秋になりました。  
秋はおいしい食べ物がたくさんあり、体を動かすのにもぴったりの季節ですね。  
しっかり食べて適度な運動をし、健康な体を保ちましょう。

12日～22日は西小読書まつり 「本と給食のコラボレーション」を行います。

西小読書まつりの期間、本に出てくる料理を給食で作って再現します。ぜひ読んで食べてくださいね。

コラボメニュー①

10月12日(火)

「よろしくともだち」より

ホットドック



コラボメニュー②

10月14日(木)

「ふしぎ駄菓子屋銭天堂

(8)」より マスク・メロンパン



コラボメニュー③

10月15日(金)

「ふしぎ駄菓子屋銭天堂(15)」より

ピチピチピーチ(もものシロップ煮)

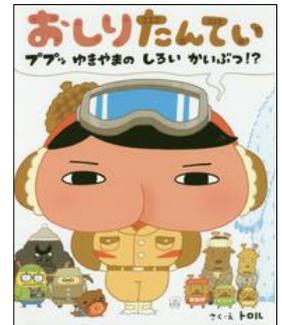
コラボメニュー④

10月19日(火)

「おしりたんてい」より、

となかのシチューと

ゆきやまココア



コラボメニュー⑤ 10月20日(水)

「ふしぎ駄菓子屋銭天堂(9)」より

底なしイ〜カ(さきいか入り塩ナムル)



コラボメニュー⑥ 10月22日(金)

「男子☆弁当部!オレらの友情てんこもり弁当」より

カレービビンバどん

10月の旬の食材

りんご	なし
はくさい	ぶどう
きのこ	だいこん
さんま	さけ
こまつな	



今月の地場産物

**岩沼産**・・・りんご  
こまつな はくさい  
こめこパン など  
**宮城県産**・・・ごはん  
ぎゅうにゅう ねぎ  
だいこんぎ きゅうり  
にんじん さけ さんま  
あぶらふ たまご とうふ  
ブルーベリーヨーグルトなど

5年生家庭科授業から

5年生家庭科の授業で「ゆでもの」の調理方法を学びました。夏休みに考えてきてくれた「ゆでもの」のレシピを再現し、今月から西小給食で提供します！

おいしそうなレシピがたくさんありました。楽しみにしていてくださいね。

