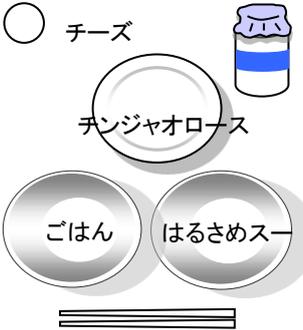
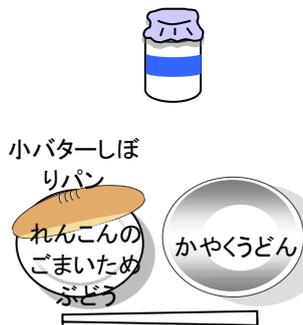
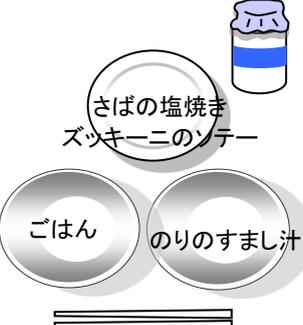
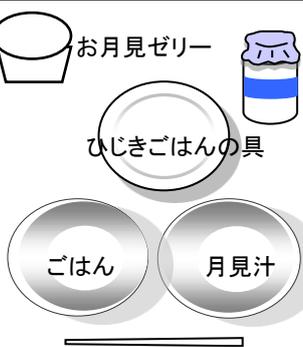


<p>17日 月曜日</p>			
<p>18日 火曜日</p>	 <p>チーズ チンジャオロース ごはん はるさめスー</p>	<p>チンジャオロースについて</p> <p>きょう 今日(きょう)はチンジャオロースについて説明(せつめい)します。チンジャオロースという料理(りょうり)は中国(ちゅうごく)の料理(りょうり)です。「チンジャオ」はピーマン(ピーマン)やししとう(ししとう)のことをいいます。「ロウ」は肉(にく)、中国(ちゅうごく)では豚肉(ぶたにく)を意味(いみ)します。「スー」は細(ほそ)く切(き)るという意味(いみ)があります。つまり、細(ほそ)切り(きり)したピーマン(ピーマン)やししとう(ししとう)と細(ほそ)切り(きり)した肉(にく)をいためた料理(りょうり)をいいます。中国(ちゅうごく)では地域(ちいき)により、オイスターソース(オイスターソース)をきかせた旨味(うまみ)をひきだしたチンジャオロース(チンジャオロース)やとうぼん(とうぼん)じゃん(じゃん)などをいれた辛み(から)のあるチンジャオロース(チンジャオロース)があります。今日はオイスターソース(オイスターソース)の入(はい)ったおいしいチンジャオロース(チンジャオロース)です。</p>	<p>18日(火)</p>
<p>19日 水曜日</p>	 <p>小バターしぼりパン れんこんのごまいためごぼう かやくうどん</p>	<p>れんこんについて</p> <p>きょう 今日(きょう)は、れんこん(れんこん)について説明(せつめい)します。山口県(やまぐちけん)の岩国地区(いわくに)では、れんこん(れんこん)の生産(せいさん)がさかん(さかん)です。8月(がつ)から、翌年(ぎょねん)の5月(がつ)までに順々(じゆんじゆん)にほりとり、収穫(しゅうかく)されます。岩国地区(いわくに)の生産(せいさん)は全国(ぜんこく)でも5番目(ばんめ)です。れんこん(れんこん)は、おなか(なか)の中で、腸(ちよう)をきれい(きれい)にする働き(はたら)があります。また、かぜ(かぜ)にかかりにく(にく)くするビタミンC(ビタミンC)も多く(おほ)ふくまれています。</p>	<p>19日(水)</p>
<p>20日 木曜日</p>	 <p>さばの塩焼き ズッキーニのソテー ごはん のりのすまし汁</p>	<p>ズッキーニについて</p> <p>きょう 今日(きょう)はズッキーニ(ズッキーニ)について説明(せつめい)します。ズッキーニ(ズッキーニ)は何(なん)のなかま(なかま)か知(し)っていますか?かぼちゃ(かぼちゃ)の仲間(なかま)です。きゅうり(きゅうり)のような細(ほそ)ながかたち(かたち)をしています。かぼちゃ(かぼちゃ)の仲間(なかま)です。ズッキーニ(ズッキーニ)はフランス(フランス)のラタトイユ(ラタトイユ)という料理(りょうり)にはかかせない(あがら)いものです。ズッキーニ(ズッキーニ)は油(あぶら)との相性(あいしょう)がよく、油(あぶら)で揚げ(あげ)たり、いためて(いためて)もおしく(おしく)いただけます。</p>	<p>20日(木)</p>
<p>21日 金曜日</p>	 <p>お月見ゼリー ひじきごはんの具 ごはん 月見汁</p>	<p>お月見について</p> <p>きょう 今日(きょう)は十五夜(じゅうごや)です。旧暦(きゅうれき)の8月(がつ)12日(にち)を十五夜(じゅうごや)といつて、昔(むかし)から秋(あき)のすんだ夜空(よぞら)に浮か(う)ぶ満月(まんげつ)を眺(なが)める習慣(じゅうかん)があります。十五夜(じゅうごや)は仲秋(ちゅうしゅう)の名月(なづき)と呼ば(よ)ばれ、米(こめ)やいも(いも)、果物(くだもの)など(な)たくさん(た)の収穫(しゅうかく)時期(じき)をひかえた秋(あき)に実(み)り多(おほ)き秋(あき)になり(な)りますようにと豊作(ほうさく)を祈願(まが)する行事(ぎぎ)です。稲穂(いなほ)を連想(れんそう)させる「すすき」(すすき)を飾(かざ)る習(な)わしです。十五夜(じゅうごや)は別名(べつめい)「芋名月(いもなづき)」とい(い)い、里芋(いも)などのいも類(いもるい)の収穫(しゅうかく)を祝(いわ)う行事(ぎぎ)であるため(ため)、里芋(いも)やさつまいも(さつまいも)などのいも類(いもるい)をお供え物(おそえもの)としてかざ(かざ)ることが多(おほ)いです。今日(きょう)の給食(ききう)では、秋(あき)に収穫(しゅうかく)される、里芋(いも)やごぼう(ごぼう)の入(はい)って月見汁(つきみじり)、お月見ゼリー(おつきみゼリー)の登(とう)じよう(じよう)です。</p>	<p>21日(金)</p>

