

舌で感じる味には、甘味・酸味・苦味・塩味・うま味の5つがあります。この中で、酸味は腐った物、苦味は毒を示し、本能的に避けるようになっているため、酸味や苦みのある野菜を苦手とする人が多いようです。しかし、いろいろな味を経験することで舌も慣れ、経験を積むことで苦手な食べ物もおいしく食べられるようになっていきます。無理のない範囲でいろいろな食材に慣れ親しみ、食べる楽しみを積み重ねていきましょう。



きゅうしょく
よていこんだて
かまぐらしえんがっこう

10月



1(火)

ごはん
チンジャオロース
はるさめスープ
ぎゅうにゅう

2(水)

くろパン
さけの
クリームコーンやき
リヨネーズポテト
ぐだくさんスープ
ぎゅうにゅう

3(木)

ごはん
なまあげのそばろに
つみれじる
ぎゅうにゅう

4(金)

とりごぼうピラフ
キャベツの
クリームスープ
ぎゅうにゅう
くだもの(みかん)

7(月)

ごはん
とりにくのこうみやき
やさしいため
とうにゅうみそしる
ぎゅうにゅう

8(火)

こぎつねうどん
じゃがいもの
ふくめに
ぎゅうにゅう
ヨーグルト

9(水)

ぼうさいきゅうしょく
★防災給食★
ごはん
レトルトカレー
ひじきサラダ
ぎゅうにゅう
ミックスフルーツかん

10(木)

ロールパン
チリコンカン
マカロニスープ
ぎゅうにゅう

11(金)

ごはん
さかなのてりやき
にびたし
さわにわん
ぎゅうにゅう

14(月)

ひ
スポーツの日



15(火)

じゅうさんや
★十三夜★
ごはん
かんもどきと
だいこんのもの
さつまいものみそしる
のりつくだに
ぎゅうにゅう

16(水)

チーズパン
さかなのパンこやき
こふきいも
こまつなのスープ
ぎゅうにゅう

17(木)

たまごとじうどん
さといもと
ひじきののもの
ぎゅうにゅう
りんごゼリー

18(金)

ごはん
こうやどうふの
ちゅうかに
キムチスープ
ぎゅうにゅう

21(月)

ごはん
ぶたにくの
しょうがやき
やさいの
そくせきづけ
なめこのみそしる
ぎゅうにゅう

22(火)

サンマーメン
なまあげのからめに
ぎゅうにゅう
りんごかん

23(水)

くりごはん
さかなの
しおこうじやき
にんじんのきんぴら
きのこじる
ぎゅうにゅう

24(木)

こめこロールパン
とりにくの
ケチャップに
だいこんのスープ
ぎゅうにゅう

25(金)

中3-2
リクエスト
メニュー

28(月)

スパゲティ
ミートソース
キャベツスープ
ぎゅうにゅう
ヨーグルト

29(火)

あいちけん りょうり
★愛知県の料理★
ごはん
みそチキンカツ
ポイルキャベツ
とうがんじる
ぎゅうにゅう

30(水)

ちゅうかどん
チンゲンさいの
スープ
ぎゅうにゅう
あんにと豆腐

31(木)

かながわ さんびん
★神奈川産品デー★
ソフトフランスパン
けんさんかぼちゃの
グラタン
やさいと
ウインナーのスープ
ごまスプレッド
ぎゅうにゅう

