

# いただきます～す

Let's enjoy English

10月の英語版の予定献立表です。  
給食通して英語に親しみましょう。



牧之原中学校  
令和5年9月29日(金)



月	火	水	木	金
<b>2 梅ごはん</b> ume rice <ul style="list-style-type: none"> <li>照り焼きハンバーグ</li> </ul> teriyaki hamburger <ul style="list-style-type: none"> <li>かぼちゃサラダ</li> </ul> pumpkin salad <ul style="list-style-type: none"> <li>なめこのみそ汁</li> </ul> miso soup of nameko mushroom 	<b>3 麦ごはん</b> barley rice <ul style="list-style-type: none"> <li>豚キムチ</li> </ul> stir-fried pork and kimchi <ul style="list-style-type: none"> <li>ごぼうサラダ</li> </ul> burdock salad <ul style="list-style-type: none"> <li>ワンタンスープ</li> </ul> wonton soup <ul style="list-style-type: none"> <li>手づくり梅ゼリー</li> </ul> homemade plum jelly	 <p>10月は「神無月(かなづき)」といい、「神の月(「無」は「の」を意味する)」という意味です。島根県の出雲地方では、旧暦の10月に日本全国の神様が出雲大社に向いて人々の「しあわせ」のご縁を結ぶ神々の大会議『神儀(かみはかり)』が開かれるため、「神在月(かみありづき)」と呼ばれているそうです。</p>	<b>5 麦ごはん</b> barley rice <ul style="list-style-type: none"> <li>ポークカレー</li> </ul> pork curry <ul style="list-style-type: none"> <li>大豆としらすの揚げ煮</li> </ul> fried-simmered soybeans and dried young sardines <ul style="list-style-type: none"> <li>海藻サラダ</li> </ul> seaweed salad 	<b>6 麦ごはん</b> barley rice <ul style="list-style-type: none"> <li>★ カレイの豊年あんかけ</li> </ul> deep-fried flatfish with sweetpotato and mushroom sauce <ul style="list-style-type: none"> <li>赤じそあえ</li> </ul> salad dressed with red shiso <ul style="list-style-type: none"> <li>炒り豆腐</li> </ul> boiled and seasoned tofu <ul style="list-style-type: none"> <li>りんご</li> </ul> apple
<p>給食を食べた感想をレポートにしてくれたので紹介します♪</p> <p><b>給食レポートの紹介</b></p> <p>9/1 ～ 豚肉の生姜焼きより～ 甘味のある豚肉はジューズに仕上げられており、食べ応えのある肉質でした。玉ねぎの甘味も豚肉の甘味とからんでいて、より素材のうま味を引き出していました。そして、それらの具材に生姜のタレが非常にマッチしていました。生姜の香りは食欲を一気にそそりました。白米がすくになくなってしまったほどに…。今日もおいしい給食をいただきました。(3A Y.H)</p>	<b>10 麦ごはん</b> barley rice <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 鶏肉とレバーののりだれあえ</li> </ul> chicken and liver in seaweed sauce <ul style="list-style-type: none"> <li>ほうれん草のソテー</li> </ul> sauteed spinach <ul style="list-style-type: none"> <li>玉子スープ</li> </ul> egg soup <ul style="list-style-type: none"> <li>ブルーベリーゼリー</li> </ul> blueberry jelly	<b>11 ソフトめん</b> soft spaghetti <ul style="list-style-type: none"> <li>★ ナポリタンソース</li> </ul> Napolitan sauce <ul style="list-style-type: none"> <li>★ キャラメルポテト</li> </ul> Deep-fried sweet potatoes with caramel sauce <ul style="list-style-type: none"> <li>★ コールスローサラダ</li> </ul> coleslaw 	<b>12 麦ごはん</b> barley rice <ul style="list-style-type: none"> <li>★ あじの塩こうじ焼き</li> </ul> pickled fried carangidae <ul style="list-style-type: none"> <li>★ コーンときゅうりの酢の物</li> </ul> corn and cucumber salad <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 肉じゃが</li> </ul> stewed meat and potatoes <ul style="list-style-type: none"> <li>★ りんご</li> </ul> apple	<b>13 麦ごはん</b> barley rice <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 手作り真珠団子</li> </ul> Chinese pearl meatballs <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 春雨サラダ</li> </ul> glass noodles salad <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 厚揚げの中華煮</li> </ul> Chinese simmered thick fried tofu 
<b>16 麦ごはん</b> barley rice <ul style="list-style-type: none"> <li>★ &lt;主菜セレクト&gt; ちくわのごま揚げ or 白身魚の南蛮漬</li> </ul> Main dish select < fried chikuwa with sesame seeds or marinated fried flatfish >	<b>17 わかめごはん</b> rice cooked with wakame seaweed <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 厚焼き玉子</li> </ul> Japanese omelet	<b>18 マーガリン入バーガーパン</b> burger bun <ul style="list-style-type: none"> <li>★ かぼちゃコロッケ</li> </ul> pumpkin croquette	<b>19 麦ごはん</b> barley rice <ul style="list-style-type: none"> <li>★ かつおのかりん揚げ</li> </ul> deep fried bonito with sweet and spicy sauce	<b>20 麦ごはん</b> barley rice <ul style="list-style-type: none"> <li>★ チキン南蛮</li> </ul> Chicken namban
<ul style="list-style-type: none"> <li>れんこんのきんぴら</li> </ul> lotus roots cooked with soy sauce and sugar <ul style="list-style-type: none"> <li>★ かきたま汁</li> </ul> soup with beaten egg <ul style="list-style-type: none"> <li>★ みかん</li> </ul> mandarin orange	<ul style="list-style-type: none"> <li>★ 小松菜ともやしの和え物</li> </ul> Japanese mustard spinach and bean sprouts with chinese <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 里いものそぼろ煮</li> </ul> Simmered taro and minced meat 	<ul style="list-style-type: none"> <li>★ 野菜とウインナーのソテー</li> </ul> stir-fried vegetables and sausage <ul style="list-style-type: none"> <li>★ マカロニスープ</li> </ul> macaroni soup <ul style="list-style-type: none"> <li>★ フルーツ牛乳かん</li> </ul> Milk agar jelly with fruits	<ul style="list-style-type: none"> <li>★ きゅうりと大根のひたひた</li> </ul> cucumber and radish salad <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 豚汁</li> </ul> pork miso soup <ul style="list-style-type: none"> <li>★ ミニトマト</li> </ul> mini-tomato	<ul style="list-style-type: none"> <li>★ タルタルソース</li> </ul> tartar sauce <ul style="list-style-type: none"> <li>★ 切干大根の煮物</li> </ul> simmered kiriboshi daikon <ul style="list-style-type: none"> <li>★ のっぺ汁</li> </ul> simmered meat and vegetables soup

月	火	水	木	金
23 マーガリンパン margarine bread • ウィンナーとポテトのグラタン vienna sausage and potato gratin • フレンチサラダ french salad • 野菜と肉団子のスープ veggies and meatballs soup • 10月生まれ誕生日給食 birthday dessert in October	24 おさくらごはん sakura rice ☆ 黒はんぺんのお茶フライ fried with green tea leaves black fish cake • アーモンドあえ salad dressed with almonds • 豚肉と大根の炒め煮 stewed pork and radish	25 中華めん Chinese noodles • 豚骨ラーメンスープ pork bone broth ramen sauce ☆ 春巻き spring roll • 野菜炒め fried vegetables • りんご apple	26 麦ごはん barley rice • ジャークチキン Jerk chicken • カラフルサラダ colorful salad • コーンスープ corn soup • ヨーグルト yogurt	27 吹き寄せおこわ rice seasoned and cooked with various ingredients ☆ さばの梅みそだれかけ fried mackerel with plum miso sauce • ごまあえ dish dressed with sesame • すまし汁 clear soup
30 麦ごはん barley rice • しゅうまい shumai • ひじきサラダ Hijiki salad • 麻婆豆腐 mabo tofu • りんご apple	31 ケチャップライス rice with ketchup • オムライス用玉子焼き omelette for omelette with rice • マカロニサラダ maccaroni salad • パンプキンポターシュ pumpkin potage	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><b>寒露</b> 寒露は、「晩夏から初秋にかけて、草木に冷たい露が降りる時期」という意味です。この時期になると朝晩はぐっと冷え込むようになります。秋の長雨が終わり、日中は秋晴れの過ごしやすい日が多くなります。秋の実りも収穫が盛んになる頃です。 寒露の時期：10月8日～23日頃</p> </div> <div style="border: 1px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><b>霜降</b> 霜降は、「早朝に霜が降り始める時期」という意味です。この時期には気温がぐっと下がり、空気中の水分が凍って草木の表面や地面につけば霜になります。「寒露」は、寒くても凍っていない「露」ですが、霜降は凍って「霜」になります。実際は、少し季節のスレがあるので、「もうすぐ霜が降りる時期になるから、冬物を用意しよう」という頃だと思っていると良いそうです。 霜降の時期：10月24日～11月7日頃</p> </div>		

# \* Food Travels around The World \* \*

英語×給食 コラボ企画

2年生が英語の「Unit2」で『食べ物の世界を旅する』について学習します。ここでは、カレーやカルフォルニアロール、ナポリタンなどの食べ物をテーマにして、日本や外国の料理を知り、食文化の歴史や変化について考える学習をしました。そして、この3つの食べ物の学習をした後、この学びを生かして、「タコライス」や「肉じゃが」、「天ぷら」、「冷やし中華」の『4つの食べ物』をテーマに、その食べ物の紹介文をつくり、音読の様子を動画にして紹介しました。  
『肉じゃが』と『天ぷら』は、9月25日と26日の給食に料理が登場したので、給食時間の放送で紹介しました。

## <Hiyashichuka>

Many people know hiyashichuka came to Japan from China. In the 19th century, Yotsukura Yoshio made hiyashi chuka in Sendai. Chefs made it in the image of Mt.Fuji. People call it Hiyashi ramen in Hokkaido, but people call it Reimen in west Japan. Hiyashichuka are very delicious and easy to make, so please try them.

みなさんは冷やし中華が中国から日本に来たのを知っていますか？ 19世紀、四倉義雄さんが冷やし中華を仙台で作りました。シェフが富士山をイメージし、冷やし中華を作りました。北海道の人々は、それを冷やしラーメンと呼び、西日本の人はそれを冷麺と呼びます。冷やし中華はとてもおいしくて簡単なので、ぜひ作ってみてください。



## Where Tako Rice came from

Do you know about the mexican recipe Tacos ? Tacos is a famous recipe and it is made of meats ,Jalapenos,and vegetables like tomatoes and letas. It is on a tortilla. In the 80s, an American soldier brong Tacos from the U.S. Then a man named Gibo Matuzou arranged it and put rice under it. This is the famous Tako Rice.

Why Taco Rice is named Taco Rice!  
Taco rice' s name is taken from the Mexican recipe Tacos ,and the Japanese rice. They just put together it!  
If you like, you can put lime on it .

タコライスがどこから来たか…。みなさんはメキシコ料理の「タコス」を知っていますか？タコスとはとても有名なレシピで、肉やハラペーニョ、トマト、レタスといった野菜からできています。そして、トルティーヤの上のっています。19世紀後半、アメリカの兵士がタコスを実地から持ってきました。そして、儀保松三さんがご飯を下にしきアレンジしました。これがあの有名なタコライスです。なぜタコライスが、タコライスという名前なのか？タコライスという名前は、メキシコ料理のタコスと日本のご飯を組み合わせたものです。お好みに合わせ、ライムも載せることができます。

## <Tako Rice The Famous Recipe >



## 9/25 給食に登場 <Meat and potatoes>



## 9/26 給食に登場 <Tempura>

