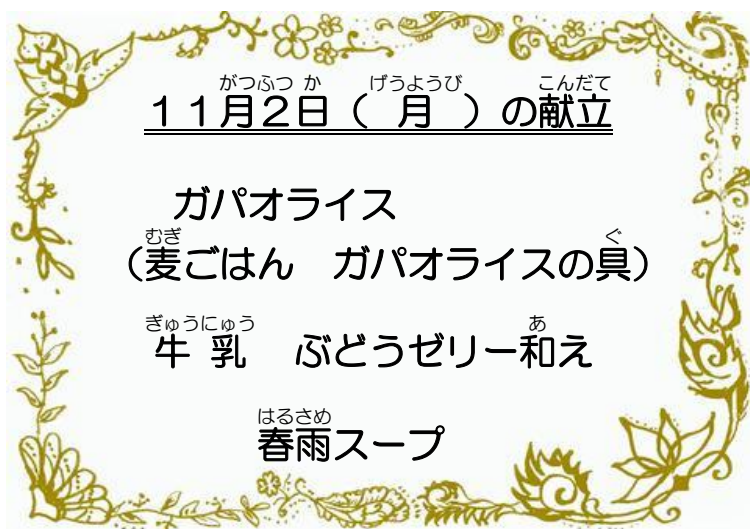


給食 News

令和8年11月1週
八千代町立学校給食センター発行

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



11月2日(月)の給食は「世界の料理:タイ」です。

「ガパオ」はタイ語でホーリーバジルのことです。発祥はタイですが、ガパオライスは日本特有の料理名です。豚ひき肉と赤ピーマンをバジルと一緒に炒め、ナンプラーやオイスターソースで味付けをする料理です。

今日は、赤ピーマンの代わりに、黄色のピーマンを使い、鶏肉・刻んだ水煮大豆・人参・玉葱・バジル・にんにくを炒めました。給食ではみなさんが食べやすいように辛さを控えめに作っています。温かい麦ごはんの上に、ガパオをのせて食べてみてください。

タイ料理を楽しみましょう♪

給食 News

令和8年11月1週
八千代町立学校給食センター発行

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



11月6日(金)の給食は、11月8日のいい歯の日にちなんで「いい歯の日献立」です。

どんなにおいしい食べ物でも、歯がなかったらおいしく食べられませんね。健康な歯を保つためには、よくかんで食べたり、食べたらしっかり歯をみがくようにしましょう。そして、好き嫌いをせずに、いろいろな食べ物をバランスよく食べることが大切です。

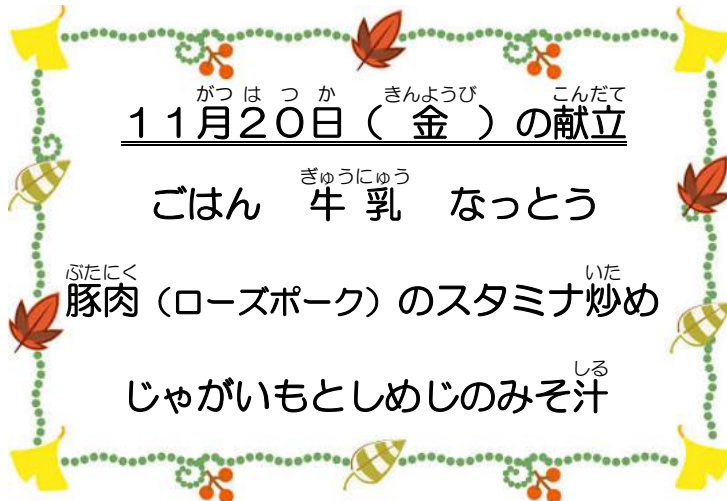
今日の給食では、かりん揚げのいかや、豚汁に入っているごぼう・こんにゃくは、かみごたえがあり、歯を丈夫にしてくれる食材です。また、牛乳はカルシウムを多く含みます。たくさんかむことと、カルシウム+ビタミンDを積極的にとることで、丈夫な歯がつくれます。

よくかんで、いい歯を保ちましょう。

給食 News

令和8年11月3週
八千代町立学校給食センター発行

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



がつはつか きんようび きゅうしよく ちさんちしょう やちよ ひこんだて
11月20日(金)の給食は「地産地消:八千代の日献立」です。

いばらきけん ゆた しぜん のうりんすいさんぶつ
茨城県は豊かな自然にあふれ、さまざまな農林水産物をつくる
ことができます。給食でも毎月様々な、茨城県や八千代町産の食
材を使っています。

がつ ちさんちしょうきょう かげっかん まいつきだい にちようび はじ
11月は『地産地消 強化月間』です。毎月第3日曜日から始まる
しゅうかん いばらき た ウィーク さだ いばらきけんぜんたい ちさん
1週間を「茨城を食べようWeek」と定め、茨城県全体で地産
ちしょう すいしん と く
地消の推進に取り組んでいます。

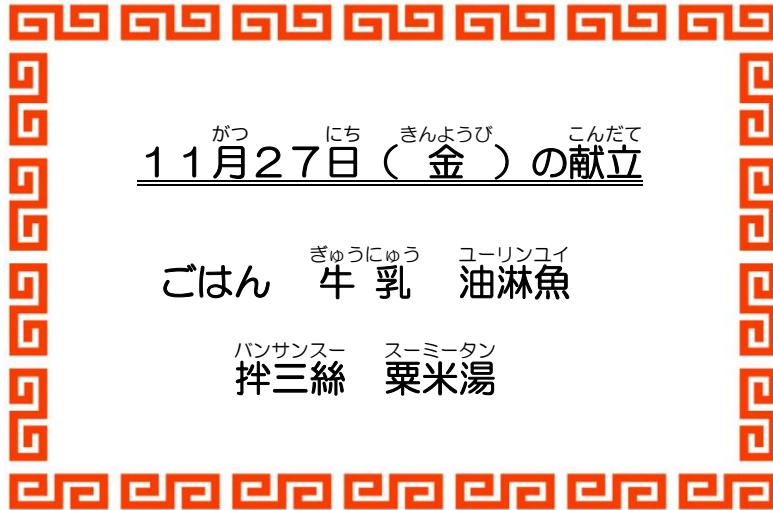
きょう ジェイエーじょうそう えいのう ぶちくさんか ぶたにく む
今日はJA常総ひかり営農部畜産課から豚肉(ロースポーク)を無
償でご提供頂きました。豚肉・人参・玉葱・キャベツと、生姜や
しょうが
にんにくなどの香味野菜で炒めた豚肉のスタミナ炒めが提供され
ます。

いばらきけんさん ぶたにく あま そざい あじ
茨城県産の豚肉はやわらかく、甘みがあります。素材の味や、
しょうかん たの
食感を楽しみながら、おいしくいただきましょう♪

給食 News

令和8年11月4週
八千代町立学校給食センター発行

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



がつ 11月27日 (金) の献立

ごはん 牛乳 ユーリンユイ 油淋魚

パンサンスー スーミータン
拌三絲 粟米湯



がつ 11月27日 (金) の給食は「世界の料理: 中国」です。

ちゅうごくご ユーリン あぶら 油 をかけながら揚げる、魚はさかなという意味
です。とりにく を使用した油淋鶏は、みなさんにもなじみがある料理だ
と思いますが、今日は魚 を使い「油淋魚」にしました。

パンサンスー はるさめ せんぎ にんじん
「拌三絲」は、春雨や千切りにした人参・きゅうり・もやし・
キャベツなどの野菜を甘酢のタレで和えた、学校給食の人気
メニューです。

スーミータン たまご はい
「粟米湯」とは、卵 の入ったコーンスープのことです。中国語で
粟米はとうもろこし、湯はスープという意味があります。かまぼこ・
チンゲン菜・たまねぎ・きくらげ・クリームコーンを使い、全体にとろみ
をつけて溶き卵 を流し入れます。

それぞれの中国料理を、味わってみてください。