



あき ふか 秋も深まってきました

だんだんと寒くなってきました。

体調を崩さないよう規則正しい食生活を心がけましょう！



あいち こむぎ 愛知の小麦について

- ① 愛知県の小麦生産量は全国第4位！
- ② 主に「ゆめあかり」「きぬあかり」の2品種が生産されています。
- ③ 「ゆめあかり」は愛知県の農業総合試験場で開発され、令和元年より本格的に生産が始まった品種です。



小麦の種類は、たんぱく質の含有量で区別されます。



ねばけつよこうしつこむぎなどしろう
粘り気の強い硬質小麦で、パン等に使用



なんしつこむぎしろう
軟質小麦で、うどん、きしめんを使用



しょうゆ 醤油

しょうゆは大豆等の穀物に麴、食塩を加えて発酵、熟成させた液体

調味料で、基礎調味料の「さしすせそ」の「せ」（古語のせうゆ）を指します。

醤油にはいくつかの種類があり、最も一般的な「濃口醤油」、

関西発祥の「淡口醤油」、東海地方で造られる「たまり醤油」、

愛知県の碧南で生まれた「白醤油」等があります。



11月 給食献立

愛知県立大府高等学校

日	曜	献立	エネルギー kcal
1	金	ご飯、豚肉のマヨ炒め、焼き油揚げの和え物、味噌汁	857
2	土		
3	日		
4	月		
5	火		
6	水	ご飯、魚のピリ辛ソースがけ、添え野菜、厚揚げのスープ	688
7	木	ハンバーガー、白菜のスープ煮	902
8	金	ご飯、鶏肉と野菜のジンジャーソテー、つくね、味噌汁	879
9	土		
10	日		
11	月	ご飯、さつま芋コロッケ、ししゃもフライ、ひじきの炒り煮、味噌汁	778
12	火	ご飯、豚肉のくわ焼き、野菜炒め、味噌汁	822
13	水	ミートボールスパゲティー、イタリアンサラダ	867
14	木	三色丼、けんちんしのだの含め煮、味噌汁	904
15	金	ご飯、鶏肉と大根の中華風煮物、中華和え、豆腐スープ	772
16	土		
17	日		
18	月	ドライカレーライス、ベーコンとポテトのスープ	838
19	火	ご飯、麻婆豆腐、もやしと小松菜のナムル	794
20	水	ご飯、鶏肉のてりかけ、竹輪とキャベツの炒め物、味噌汁	930
21	木		
22	金	さつま芋ご飯、煮魚、具たくさん豚汁 【愛知を食べる学校給食の日】	811
23	土		
24	日		
25	月	高菜炒飯、もやしの中華和え、わかめスープ	704
26	火	フィッシュバーガー、クリームシチュー	946
27	水	親子丼、切り干し大根の煮物、味噌汁	843
28	木	小ライス、カレーうどん、豚肉とさつま芋の煮物	970
29	金	ご飯、ポークチャップ、フレンチサラダ、コンソメスープ	841
30	土		