




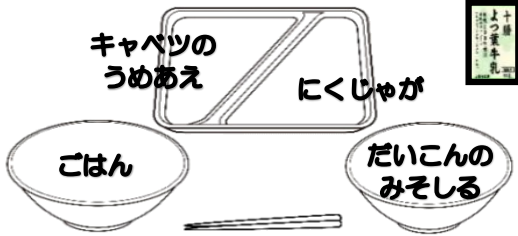
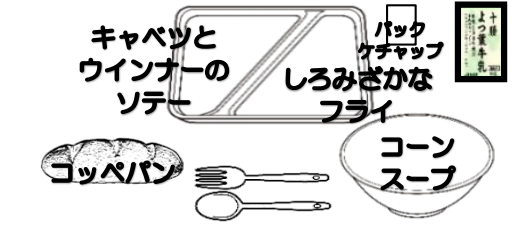
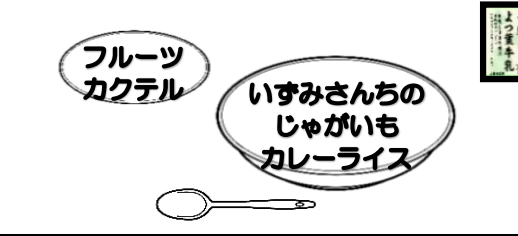
いただきます

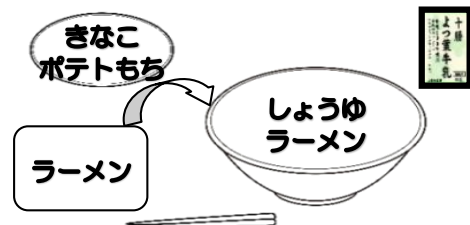
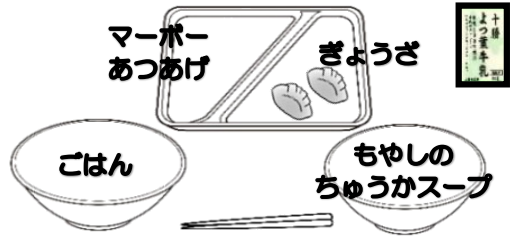
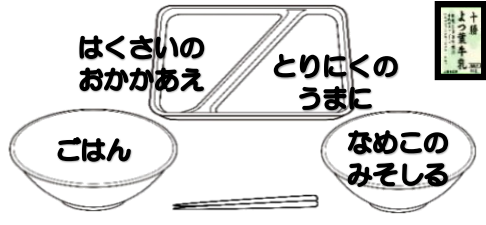
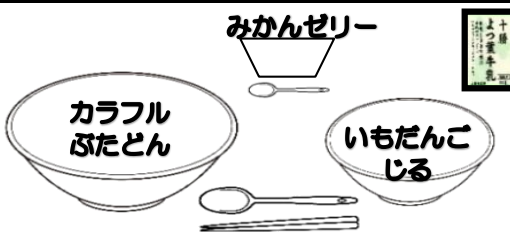


年 組

こ ん だ て	
9 日 (木)	
	<p>ごはん</p> <p>けんちんじる</p> <p>ぶたにくのスタミナため</p> <p>きゅうりこんぶ</p> <p>牛乳</p>
★ひとこと★	
<p>あたら かくねん せいちようき 新しい学年がスタートしました。成長期のみな さんは、まいにち しょくじ をしっかりと た 食べることが とても大切です。まいにち 給食 をしっかりと た 食べ て つよ からだ をつくりましょう。</p>	
★今日の給食のかんそう★	
10 日 (金)	
	<p>ペンネミートソース</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>牛乳</p>
★クイズ★	
<p>ミートソースには、ちい き だいず はい いますが、だいず 栄養 があるでしょう か？</p> <p>① 筋肉をつくる ② 髪の毛をのばす ③ おなかの調子を整える</p> <p>こた ぜんぶ 答え：①②③全部</p>	
★今日の給食のかんそう★	
13 日 (月)	
	<p>ごはん</p> <p>オニオン スープ</p> <p>コロコロチキンの バジルふうみ</p> <p>ごまドレ サラダ</p> <p>牛乳</p>
★クイズ★	
<p>オニオンスープのたまごには、けつえき にする働きがありますが、その成分はなんとい うでしょうか？</p> <p>① アリシン ② リンリン ③ シンシン</p> <p>こた 答え：①アリシン</p>	
★今日の給食のかんそう★	

14日 (火)		ごはん わかめスープ ホイコーロー もやしナムル 牛乳
	★クイズ★ わかめスープに入っている、たけのこの「旬」 は、いつでしょうか？ ①春 ②夏 ③秋 ④冬 答え：①春	★今日の給食のかんそう★
15日 (水)		よこぎりブランパン アルファベットスープ ハンバーグ～てりやきソース～ ダイコンマリネ おいおいデザート 牛乳
	★クイズ★ スープに入っている「アルファベットマカロニ」には、アルファベット以外のマカロニも入っているでしょうか？いないでしょうか？ 答え：入っている！（数字のマカロニが入っているよ！さがしてみよう！）	★今日の給食のかんそう★
16日 (木)		わかめごはん しょうがいたりぶたじる カツオカツ さんしょくきんぴら 牛乳
	★ひとこと★ きょうは、大人気の「わかめごはん」です。わかめは、成長期のみなさんに、食べてもらいたい食材です。たくさん食べて、強い体をつくりましょう。	★今日の給食のかんそう★
17日 (金)		かしわうどん ぶたにくとひじきのいために 牛乳
	★ひとこと★ うどんに入っている、「なめこ」は人気の「きのこ」で、「なめこは食べられる！」という人もいます。きのこは、おなかの調子を整えてくれます。苦手な人は、一口は食べましょう！	★今日の給食のかんそう★

20 日 (月)	 <p>まめまめ サラダ</p> <p>コロッケ</p> <p>ケチャップ ライス</p> <p>オビリー スープ</p>	<p>ケチャップライス</p> <p>オビリースープ</p> <p>コロッケ</p> <p>まめまめサラダ</p> <p>牛乳</p>
	<p>★クイズ★</p> <p>まめまめサラダには、豆以外に、ある食材がはいっていて、味を決めています。ある食材とはなんでしょうか？</p> <p>①くるみ ②ごま ③アーモンド</p> <p>答え：②ごま</p>	<p>★今日の給食のかんそう★</p>
21 日 (火)	 <p>キャベツの うめあえ</p> <p>にくじゃが</p> <p>ごはん</p> <p>だいこんの みそしる</p>	<p>ごはん</p> <p>だいこんのみそしる</p> <p>にくじゃが</p> <p>キャベツのうめあえ</p> <p>牛乳</p>
	<p>★ひとこと★</p> <p>大人気の肉じゃがです。豚肉、じゃがいも、しょうゆ、さとうだけで、作られています。ごはんにのせて食べたらおいしいですよ！おいしく食べてくださいね。</p>	<p>★今日の給食のかんそう★</p>
22 日 (水)	 <p>キャベツと ウインナーの ソテー</p> <p>パック ケチャップ しろみざかな フライ</p> <p>ごはん</p> <p>コーン スープ</p>	<p>コッペパン</p> <p>コーンスープ</p> <p>しろみざかなフライ～パックケチャップ～</p> <p>キャベツとウインナーのソテー</p> <p>牛乳</p>
	<p>★ひとこと★</p> <p>白身魚フライに、ケチャップをかけて、パンに挟んで食べるとおいしく食べられます。キャベツとウインナーのソテーも、いっしょに挟むと、栄養アップします。工夫して食べましょう。</p>	<p>★今日の給食のかんそう★</p>
23 日 (木)	 <p>フルーツ カクテル</p> <p>いずみさんちの じゃがいも カレーライス</p>	<p>いずみさんちのじゃがいもカレーライス</p> <p>フルーツカクテル</p> <p>牛乳</p>
	<p>★ひとこと★</p> <p>カレーライスに入っているじゃがいもは、帯びひろのいずみ農園のじゃがいもです！トトロでおいしいじゃがいもを食べてくださいね。</p>	<p>★今日の給食のかんそう★</p>

24日 (金)		しょうゆラーメン
	<p>★クイズ★</p> <p>ラーメンが生まれた国は、つぎのうちどこの国 でしょうか？ ①アメリカ ②中国 ③イタリア 答え：②中国</p>	<p>★今日の給食のかんそう★</p>
27日 (月)		ごはん
	<p>★クイズ★</p> <p>マーボー厚揚げに入っている「ニラ」が、日本 一とれる都道府県はどこでしょうか？ ①高知県 ②青森県 ③東京都 答え：①高知県</p>	<p>★今日の給食のかんそう★</p>
28日 (火)		ごはん
	<p>★クイズ★</p> <p>がっこう給食の使われている「お米」の銘柄は、次 のうちどれでしょうか？ ①ななつぼし ②みつぼし ③ふたつぼし 答え：①ななつぼし</p>	<p>★今日の給食のかんそう★</p>
30日 (木)		カラフルぶたどん
	<p>★ひとこと★</p> <p>今日の「いも団子汁」は、みそ味ではなく、 しょうゆ味です。みなさんは、みそ味と、しょ うゆ味は、どちらが好きですか？考えながら食 べてくださいね。</p>	<p>★今日の給食のかんそう★</p>