

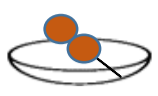



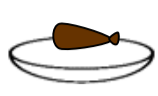



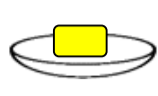



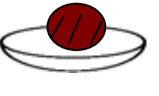







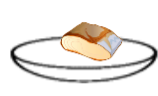



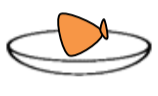



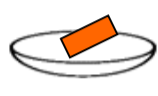



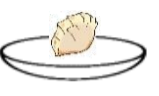



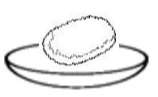



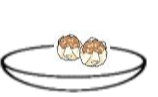



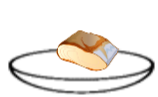








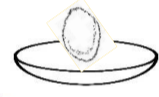










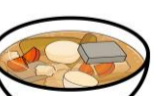

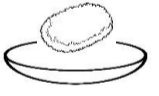
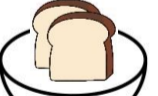
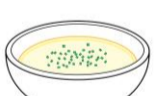














令和2年 9月 はいぜんたべかたひょう A北部

羽島市学校給食センター

	<p>1日(火) ひじきのつくだに </p> <p>にくだんごのくしフライ </p> <p>しろごはん  さわにわん </p>	<p>2日(水) ◆れいとうみかん </p> <p>あゆのかんろに </p> <p>むぎごはん  とうがんのすましじる </p>	<p>3日(木) ◆なしゼリー </p> <p>ごもくあつやきたまご </p> <p>むぎごはん  なすのみそしる </p>	<p>4日(金) </p> <p>てりやきハンバーグ </p> <p>しょくパン  やさいスープ </p>
	<p>さわにわん さわじ 沢煮碗の沢という字には「たくさん」という意味があります。干切りした豚肉と野菜が入っています。</p>	<p>ぎふ けんぎょ 岐阜の県魚である「あゆ」を使った「あゆの甘露煮」です。丸ごと食べて栄養をとります。</p>	<p>からだ ろうか ふせ なたには、体の老化を防ぎ、ガンを予防するのに役立つ機能性成分が含まれています。</p>	<p>やさい 野菜たっぷりのスープには、栄養が溶けだしています。具も汁もしっかり食べましょう。</p>
<p>7日(月) ★ひとくちチーズ </p> <p>メンチカツ </p> <p>コッパン  ミネストローネ </p>	<p>8日(火) ◆アイスクリーム </p> <p>さばのおろし </p> <p>しろごはん  みそしる </p>	<p>9日(水) ◆ヨーグルト ウスターソース </p> <p>あじフライ </p> <p>ぶたにくのしょうがやきふうたきこみごはん  </p>	<p>10日(木) </p> <p>だいの つつみあげ </p> <p>むぎごはん  なつやさいカレー </p>	<p>11日(金) </p> <p>★やきぎよーざ </p> <p>こめしょくパン  はるさめスープ </p>
<p>あつ 暑い時は、トマトの酸味がきいたミネストローネで食欲をアップさせましょう。</p>	<p>さかな あぶら しんきんこうそく 魚の脂には、心筋梗塞などの生活習慣病を予防する不飽和脂肪酸が多く含まれています。</p>	<p>ぶたにく つか からだ 疲れた体を回復させる栄養が多く含まれています。しっかり食べましょう。</p>	<p>カレーには、30種類以上の香料が使われています。香辛料には食欲増進効果があります。</p>	<p>ギョーザをパンに挟んでギョーザドック風サンドにして、楽しみながら食べてみましょう。</p>
<p>14日(月) </p> <p>コーンコロッケ </p> <p>こめパン  チャウダー </p>	<p>15日(火) </p> <p>★シューマイ </p> <p>しろごはん  ツアオハウツアイ </p>	<p>16日(水) </p> <p>ホキのこうみやき </p> <p>むぎごはん  みだくさんみそしる </p>	<p>17日(木) </p> <p>ふりかけ </p> <p>★ちくわのおこのみあげ </p> <p>むぎごはん  うみのかじる </p>	<p>18日(金) ◆れいとうみかん </p> <p>エビカツ </p> <p>しょくパン  にくみソース </p>
<p>だいいょうてき chauダーはアメリカの代表的な料理で、魚介類とたっぷりの野菜を煮込んだスープです。</p>	<p>つあお ほうつあい ごもく やさいいた 炒合菜は、五目野菜炒めのことです。豚肉とたっぷりの野菜にビーフが入っています。</p>	<p>きょう しょうもの しゆるい く 今日汁には10種類の具が入っています。何が入っているか探してみましょう。</p>	<p>きょう 今日のはあさりや貝柱、沖縄県産のもずくを使った海の香りがいっぱいの汁物です。</p>	<p>しょういっく ひ こんだて とうかいち 食育の日の献立です。東海地方でよく食べられているエビと豆味噌を使った料理を紹介します。</p>
<p>21日(月) けいろう ひ 敬老の日 </p>	<p>22日(火) しゅうぶん ひ 秋分の日 </p>	<p>23日(水) ◆あんにんどうふ </p> <p>★とりにくのからあげ </p> <p>チャーハン </p>	<p>24日(木) </p> <p>さんまのかりかりあげ </p> <p>むぎごはん  さつまじる </p>	<p>25日(金) </p> <p>かぼちゃのひきにフライ </p> <p>しょくパン  コーンスープ </p>
<p>みんなの大好きなチャーハンととり肉のから揚げです。完食を目指しましょう。</p>	<p>しゅん 旬のさんまを使った料理です。カレー味の衣をつけて揚げたので、食べやすくなっています。</p>	<p>きょう 今日、コーンスープにパンをつけたり、浸したりして食べてみましょう。</p>	<p>★数ものについて 7日(月) 一口チーズ 幼・小2個、中・高3個 11日(金) 焼きギョーザ 幼・小1個、中・高2個 15日(火) シューマイ 幼・小2個、中・高3個 17日(木) 竹輪のお好み揚げ 小4年まで1個、小5年から2個 23日(水) 鶏肉のから揚げ 幼・小2個、中・高3個</p>	
<p>コンソメスープのコンソメはフランス語です。肉や野菜を煮込んだ澄んだスープのことです。</p>	<p>きょう 今日ごはんは「肉じゃが」をとりました。しっかり食べましょう。</p>	<p>きょう 今日田舎汁は、旬の里芋やきのこを使って、みそ仕立ての汁物にしました。</p>		
<p>28日(月) </p> <p>さけのピザふうやき </p> <p>くろパン  とりにくとやさいのコンソメスープ </p>	<p>29日(火) </p> <p>しのだに </p> <p>しろごはん  にくじゃが </p>	<p>30日(水) ◆アセロラゼリー </p> <p>しろみぎかなのやさいあんかけ </p> <p>むぎごはん  いなかじる </p>		