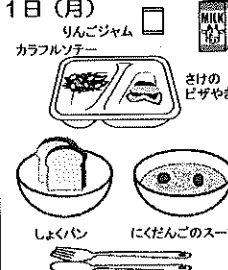
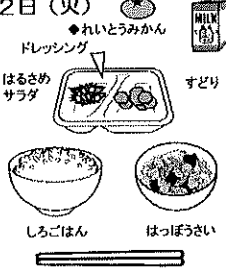
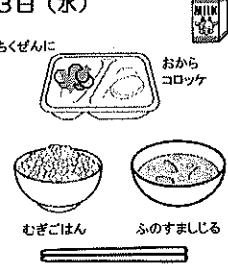
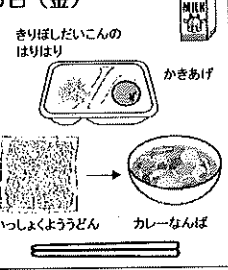
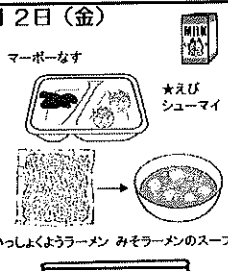
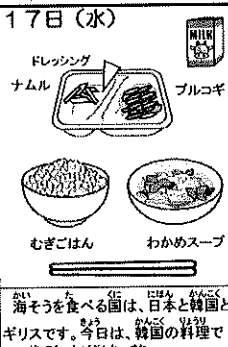
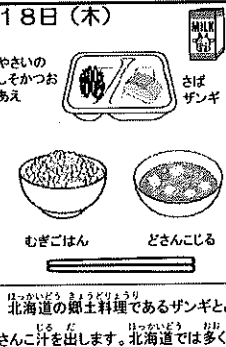
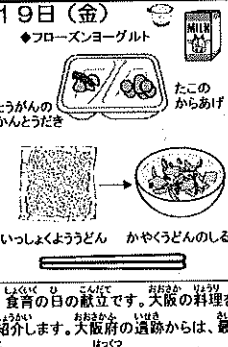
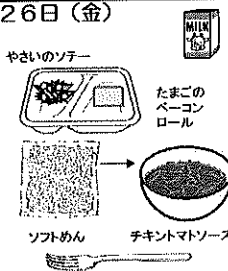


令和7年 9月 はいぜんたべかたひょう

南部

羽島市学校給食センター

1日(月) りんごジャム カラフルソーサー  しょうパン にくだんごのスープ 魚の摂取不足による日本人のビタミンDの不足が問題になっています。魚を食べて、骨の健康を保ちましょう。	2日(火) ◆れいとうみかん ドレッシング  しろごはん はつぼうさい 八宝は、中国の料理用語です。中国風に焼むとバーボーまたはバーバーと読みます。意味を調べてみましょう。	3日(水) ちくぜんに  むぎごはん ふのすましじる 日本の伝統的な食品と料理を取り入れ、健康な生活を送ることができるよう、積極的に食べましょう。	4日(木) ひじきのにつけ  むぎごはん なすのみそしる ひじきはミネラルが豊富な海の食材です。縄文時代から食べられていたことが分かっています。	5日(金) きりぼしだいこんのはりはり  いっしょくようどん カレーなんば カレーなんばは、大阪発祥のめん料理です。長ねぎを多く使用しています。	
8日(月) ドレッシング おんやさい  くろパン まめクリームスープ 体の成長に欠かすことのできない、カルシウムと鉄分をとることができる献立です。	9日(火) パンサンスー  しろごはん ごまキムチじる 暑さに強い体を作る「ごま、キムチ、酢」などを使います。酢には、胃の働きを助ける効果もあります。	10日(水) ◆とうけいのレモンムース あおなごのびたし  ぶたにくのしょうがやきふたきこみごはん 夏の暑さで弱った体を回復させる食材を使います。三角食で、バランスよく食べましょう。	11日(木) かんそうごかな むしとうもろこし  むぎごはん あきなすいりカレー 野菜を食べる量を意識しています。今日は、1日の目標摂取量の3分の1の野菜を使います。	12日(金) マーボーなす  いっしょくようラーメン みそラーメンのスープ 「秋なすは嫁に食わずな」ということわざがあるように、なすは味が良いことに加え、体を冷やす効果があります。	
15日(月) けいろう ひ 敬老の日 	16日(火) ◆ぎんももゼリー キャベツのこまつあえ  しろごはん じんだみそしる じんだみそ汁には、岐阜県の大豆が使われます。各学年で栽培や肥料の学びとつなげ、深めましょう。	17日(水) ドレッシング ナムル  むぎごはん わかめスープ 海そうを食べる国は、日本と韓国とイギリスです。今日は、韓国の料理です。外国の食文化を学びましょう。	18日(木) やさしい しそかつおあえ  むぎごはん だんごじる 北海道の郷土料理であるザンギとどさんこ汁を出します。北海道では多くの食べ物が収穫されています。	19日(金) ◆フロズンヨーグルト とうがんのかんとうだき  いっしょくようどん かやくどんのしる 食育の日の献立です。大阪の料理を紹介し、大阪府の道徳からは、最古のタコつぼが完結されています。	
22日(月) かためきチーズ フルーツあえ  こめパン ジュリエンスープ 大阪万博の開幕まで、一か月を切りました。今日は、フランス料理とアメリカ料理を紹介します。	23日(火) しゅうぶん 秋分の日 	24日(水) ◆きせつのくだもの いそにしき  あきのみかごはん 秋の味覚に何を思い浮かべますか。秋は食欲の秋といわれ、おいしい食べ物がたくさんある季節です。	25日(木) ひじきのつくだに こうやどうふのたまごとし  むぎごはん じゃがだんごじる かぼちゃは夏の終わりと秋にかけて収穫されます。カンボジア産の緑黄色野菜です。	26日(金) やさしいのソーサー たまごのベーコンロール  ソフトめん チキントマトソース チキントマトソースには、旨味が豊富で、さらに、生活習慣病を予防する効果のあるトマトを使います。	
29日(月) マヨネーズタイプ ポテトサラダ  レーズンパン むぎいりたまごスープ 体が暖かると、口内炎になりやすくなります。その予防に必要な栄養素が豊富にあります。	30日(火) ◆オレンジ やさしいため  しろごはん かぼちゃのみそしる 和食は、栄養や味のバランスが整いやすい日本伝統の食事です。給食には、和食がよく登場します。	◆ゴミは業者が回収します。 ★数ものについて 12日 えびシューマイ 幼1個、小2個、中・高3個 30日 がんもどきの含め煮 幼・小1個、中・高2個			【きゅうしよくクイズ】 もんだい あか いしゃ あお なつ 問題：「赤くなると、医者が青くなる夏の食べ物」は ①～④のどれでしょうか？」 たべもの 食べ物 ①～④のどれでしょうか？」  ①りんご ②ウインナー ③トマト ④にんじん にち きゅうしよく で たべもの ＊26日の給食に出る食べ物です。