令和5年　9月　はいぜんたべかたひょう　南部・中学校、桑原学園後期

羽島市学校給食センター

◆ゴミは業者が回収します。

★数ものについて
８日
えびシューマイ　幼１個、小２個、中・高３個

１３日
ショーロンポー　幼・小１個、中・高２個

２６日
がんもどきの含め煮　幼・小１個、中・高２個

５日（火）

八宝は、中国の料理用語です。中国風に読むとパーポーまたはパーパーと読みます。

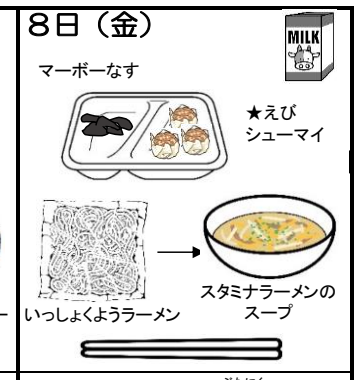
６日（水）

夏が旬のタコや冬瓜、枝豆などを使った、大阪の献立です。大阪の近くには、タコの産地があります。

７日（木）

野菜を食べる量を意識しています か？今日は、1日の3分の1の目標摂取量120gの野菜を使います。

８日（金）



スタミナラーメンには、豚肉、ニンニク、ニラ、ネギといった疲労回復効果のある食材を使います。

１１日（月）

体の成長に欠かすことのできない、カルシウムや鉄分をとることができる献立です。

１２日（火）

かぼちゃは夏の終わりから秋にかけて収穫されます。カンボジアから日本へ持ち込まれました。

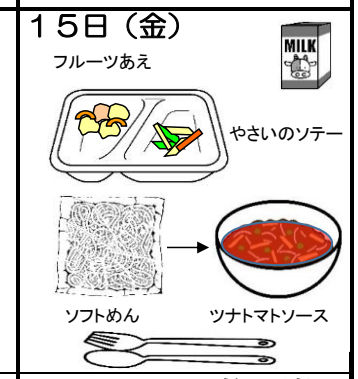
１３日（水）

暑さに強い体づくりに大切な食材を使います。また、デザートの冷凍みかんは、岐阜県南濃町産です。

１４日（木）

旬の食材を使った献立です。おいしく味わい、秋を感じることで、身も心も元気に過ごしましょう。

１５日（金）



ツナトマトソースには、旨味が豊富で生活習慣病を予防するツナとトマト、玉ねぎを使います。

１８日（月）

敬老の日

１９日（火）

今日は、食育の日です。岐阜県の地場産物や郷土料理のじんだみそ汁などを取り入れます。

２０日（水）

秋の味覚に何を思い浮かべますか。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。

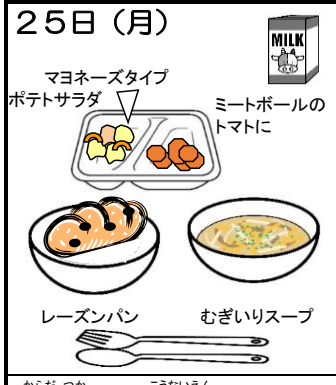
２１日（木）

海で育つ海そうには、ミネラルや食物せんいなどが豊富に含まれており、毎日、食べてほしいです。

２２日（金）

れんこんが旬を迎えました。れんこんチップスから、食物せんいがとれます。他の料理も食べましょう。

２５日（月）



体が疲れると、口内炎になるなどありませんか。その予防をする栄養素が麦にあります。

２６日（火）

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。

２７日（水）

突き大根の炒め煮は、本巣市の郷土料理です。県内には本巣や羽島など、大根の産地があります。

２８日（木）

地場産物や郷土料理を通して、地域の様子を知ると、地場産物などが発展した理由がわかります。

２９日（金）

お月見の献立です。月に見立てた里芋やうずら卵とともに、秋の味覚を使います。味わいましょう。