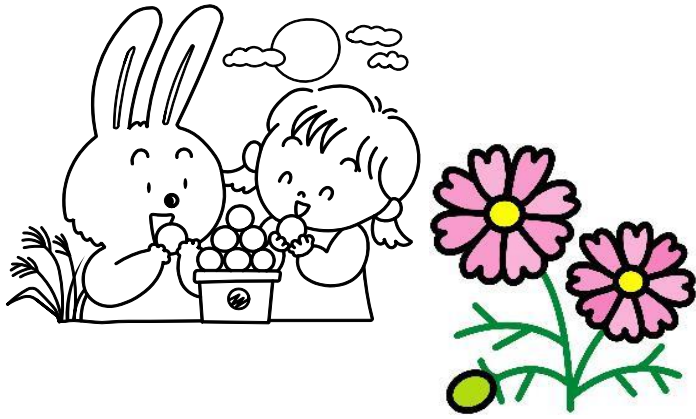


令和5年 9月 はいぜんたべかたひょう 西部幼稚園

羽島市学校給食センター



月見だんご

ところがわれば

一般的に、丸い形の
だんごを15個(また
は13個)重ねて供
えます。

おもに関西地域では
さといもに見立てた
だんご(あんこつき)
を供えます

1日(金)

あつあげのもの

かきあげ

いっしょくようどん かやくどんのしる

かき揚げは、数種類の材料を細かく
切って、天ぷらの衣と合わせ、お玉な
どにかきまとめて揚げます。

4日(月)

ゆでとうもろこし

てりやきチキン

しょくパン

にくだんごのスープ

5日(火)

ドレッシング
はるさめサラダ

すどり

しろごはん

はっぼうさい

6日(水)

◆ブルーベリーゼリー

とうがんの
かんとうだき

たこの
からあげ

かやくごはん

7日(木)

フルーツあえ

マリネ

むぎごはん

あきやさいのカレー

8日(金)

マーボーなす

★えび
シューマイ

いっしょくようラーメン

スタミナラーメンの
スープ

とうもろこしの生産量1位はアメリカで
す。日本産のとうもろこしの量はアメリ
カの0.1%とわずかです。

はっぼう ちゅうごく りょうりょうご ちゅうごく
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。

なつ しゅん とうがん えだまめ
夏が旬のタコや冬瓜、枝豆などを
つか おおさか こんだて おおさか ちか
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。

やさい た じょういしき
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の目標撰
しゅりょう やさい つか
取量120gの野菜を使います。

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)

カラフルソテー

ウインナー

くろパン

まめクリームスープ

12日(火)

こうやどうふの
たまごじ

かぼちゃの
てんぷら

しろごはん

じゃがだんごじる

13日(水)

◆れいどうみかん

パンサンスー

★ショーロンポー

むぎごはん

ごまキムチじる

14日(木)

ひじきのにつけ

いわしの
かばやきふう

むぎごはん

なすのみそしる

15日(金)

フルーツあえ

やさいのソテー

ソフトめん

ツナトマトソース

からだ せいちょう か
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
こんだて
献立です。

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。

あつ つよ からだ たいせつ しよくい
暑さに強い体づくりに大切な食材を
つか おおさか こんだて れいどう
使います。また、デザート冷凍みか
んは、岐阜県南濃町産です。

しゅん しよくい つか こんだて
旬の食材を使った献立です。おいしい
あじ あき 感じることで、身も心も元
き 気に過ごしましょう。

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)

えだまめのおゆで

あゆの
からあげ

しろごはん

じんだみそしる

20日(水)

◆きょうほう

ちくぜんに

ごもく
あつやきたまご

あきのみかくごはん

21日(木)

ドレッシング

ナムル

チャブチエ

むぎごはん

わかめスープ

22日(金)

きりぼしだいこんの
はりはり

れんこんチップス

いっしょくようどん

カレーなんぼん

きょう しょうい ひ ぎふけん じ
今日は、食育の日です。岐阜県の地
ばさんぶつ きょうりょうり しょうい
場産物や郷土料理のじんだみそ汁な
どを取り入れます。

あき みかく なに おもう
秋の味覚に何を思い浮かべますか。
しょうい あき しょうい しょうい
食欲の秋といわれ、おいしい食べ物
たくさんある季節です。

うみ そだ かい しょうもつ
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。

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。
ほか りょうり た
他の料理も食べましょう。

25日(月)

マヨネーズタイプ
ポテトサラダ

ミートボールの
トマトに

レーズンパン

むぎいりスープ

26日(火)

◆ヨーグルト

やさしいため

★がんとどきの
ふくめに

しろごはん

かぼちゃのみそしる

27日(水)

つきだいこんのいために

さばの
カレーあげ

むぎごはん

とうがんじる

28日(木)

やさしい
しそかつおあえ

あつあげの
にくみそかけ

むぎごはん

どさんこじる

29日(金)

あおなのにびたし

えんくうさいも
コロッケー

ソフトめん

おつきみのソースかけ

からだ つか しょうい えん
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表
にあります。

わしよく えんじょう あじ
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。

つき たいこん いたに しょうい しょうい
つきだいこんのいため煮は、本巣市の郷土
りょうり しょうい しょうい しょうい
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。

しよくい しょうい しょうい しょうい
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。

お月見 こんだてです。月に見立てた
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。