

令和4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

◆ゴミは業者が回収します。

★数ものについて

8日(木) シューマイ
幼1個、小・中・高2個

9日(金) ちくわの磯辺揚げ
小4年まで1個、
小5年から2個

15日(木) 鶏肉のから揚げ
幼・小2個、中・高3個

22日(木) がんもどきの含め煮
幼・小1個、中・高2個

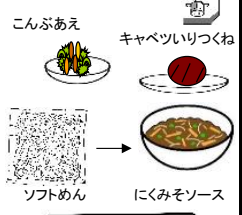


1日(木)



つぼ漬けは、干した大根を壺で漬けてするのでつぼ漬けと呼ばれています。食感を楽しみましょう。

2日(金)



肉みそソースには、赤味噌を使用しています。コクのあるソースとソフト麺をからめて頂きましょう。

5日(月)



キャベツには、疲れた胃を癒してくれる成分が豊富に含まれています。

6日(火)



小松菜は、鉄分、ビタミン、カルシウムが豊富に含まれた緑黄色野菜です。

7日(水)



おつきみデザートは、平安時代から続く、月を愛する習慣です。秋の夜長にぜひ、月を見ましょう。

8日(木)



麻婆豆腐は、中華料理の一つです。中国の四川でよく食べられる料理です。

9日(金)



岐阜市の長良川流域で栽培される枝豆は、粒が大きく質が良い品質を保っています。

12日(月)



ミネストローネは、野菜が入ったイタリアのスープです。太陽をたくさん浴びた野菜からパワーをもらいましょう。

13日(火)



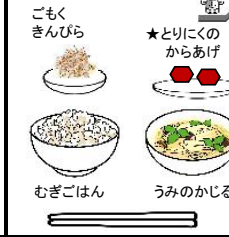
夏なすは、身が締まっているので食べ応えがあります。秋なすは、みずみずしく柔らかいのが特徴です。

14日(水)



フルーツポンチは、小さく切った果物をシロップや果汁の中に入れてた和え物です。

15日(木)



鶏肉のから揚げは、給食でも人気のメニューです。センターでしっかり下味をつけて揚げました。

16日(金)



春巻きは、新芽が出た野菜を小麦粉で作った皮で巻いて食べた華やかさが始まりと言われています。

19日(月)



敬老の日

20日(火)



食育の日の献立です。にじますにかけたソースは清流をイメージしてさっぱり酸味を効かせました。

21日(水)



冷凍みかんのみかんは、海津市南濃町で栽培されました。暑い夏にピッタリの食べ物です。

22日(木)



かぼちゃには、夏の日差しで、ダメージを受けた肌をよみがえらせる栄養素が含まれています。

23日(金)



秋分の日

26日(月)



さつまいもには、食物繊維が多く含まれています。お腹の働きを活かしてくれます。

27日(火)



豚キムチには、疲労回復効果のある成分が含まれています。疲れた時にぜひ、食べましょう。

28日(水)



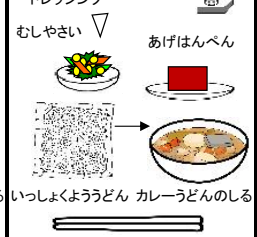
里芋に含まれる成分のムチンは、胃の粘膜を保護して、胃腸の機能を高めます。

29日(木)



こんにやくは何からできている食べ物でしょう。実はこんにやく芋という、芋から作られています。

30日(金)



9月も今日でおしまいです。カレーうどんを食べて、後一日元気に頑張りましょう。