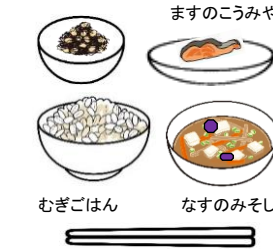
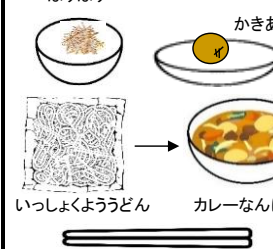
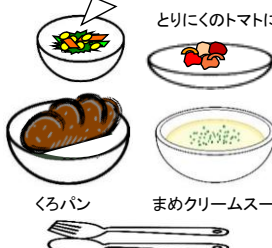
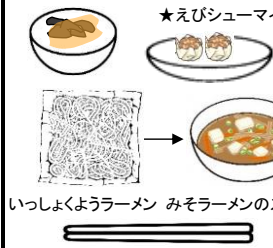
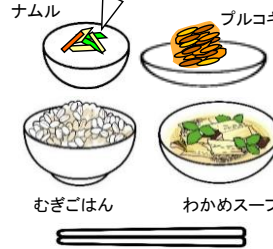
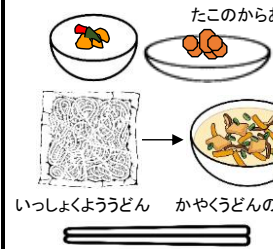
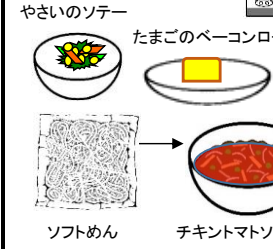
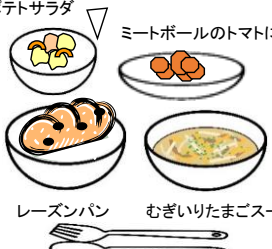


令和7年 9月 はいぜんたべかたひょう

北部

羽島市学校給食センター

1日(月) りんごジャム カラフルソテー  さけのピザやき サラダ しよくパン 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、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  はるさめ サラダ しろごはん はっぼうさい 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。意味を調べてみましょう。	3日(水) ちくぜんに  おからコロッケ 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ます。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  ますのこうみやき 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  かきあげ いっしょくようどん カレーなんば カレーナンバは、大阪発症のめん料理です。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  とりにくのトマトに くらパン まめクリームスープ 体の成長に欠かすことのできない、カルシウムや鉄分をとることができる献立です。	9日(火) パンサンデー  はるまき 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) ◆とうにゅうのレモンムース  あおのにびたし こうやどうふとレバーのみそがらめ ぶたにくのしょうがやきふうたきこみごはん 夏の暑さで弱った体を回復させる食材を使います。三角食べで、バランス良く食べましょう。	11日(木) かんそうこごかな むしとうもろこし  さわやかマリネ 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 ★えびシューマイ  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、なすは味がよいことに加え、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) ◆ぎふももゼリー キャベツのごますあえ  いわしのしょうがに しろごはん じんだみそしる じんだみそ汁には、岐阜県産の大豆が使われます。各学年で栽培や教科の学びとつなげ、深めましょう。	17日(水) ドレッシング ナムル  ブルコギ 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) やさいのしそかつおあえ  さばザンギ むぎごはん どさんこじる 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) ◆フローズンヨーグルト とうがんのかんどうだき  たこのからあげ いっしょくようどん かやくうどんのしる 食育の日の献立です。大阪の料理を紹介します。大阪府の遺跡からは、最古のタコつぼが発掘されています。	
22日(月) かたぬきチーズ  フルーツあえ ポークビーンズ こめこパン ジュリエンスープ 大阪万博の閉幕まで、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) しゅうぶんひ 秋分の日 	24日(水) ◆きせつのだもの  いそにしき あゆのカレーあげ あきのみかくごはん 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じ かぼちゃのてんぷら 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。カンボジア原産の緑黄色野菜です。	26日(金) やさいのソテー 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  ミートボールのトマトに レーズンパン むぎいりたまごスープ 体が疲れると、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麦にあります。	30日(火) ◆オレンジ 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 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 がんとどきの含め煮 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？」  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 もの ＊26日の給食に 出る食べ物です。