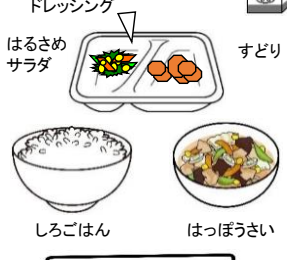
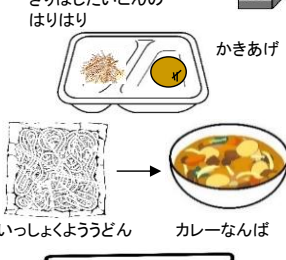
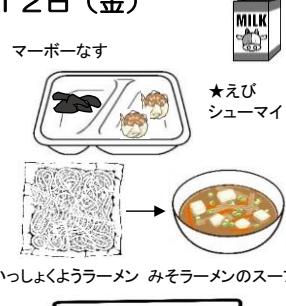
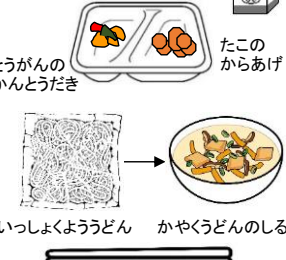


令和7年 9月 はいぜんたべかたひょう

南部

羽島市学校給食センター

1日(月) りんごジャム カラフルソテー  さけの ピザやき しょくパン にくだんごのスープ さかな せつしゆぶそく にほんじん 魚の摂取不足による日本人のビタミ 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  はるさめ サラダ すどり しろごはん はっぼうさい はっほう 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。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 にほん でんとうき しょくひんりょうり と い 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 なんば おおさか しょうりょう りょう カレー南蛮は、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  とりにく のトマトに くろパン まめクリームスープ からだ せいしん つか にかさく 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) パンサンサー  はるまき しろごはん ごまキムチじる あつ つよ からだつく 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  あおなの 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たきこみごはん なつ あつ やわ からだかいふく しょく 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) かんそうこざかな  むしとうもろこし むぎごはん あきなすいりカレー やさい た りょうり 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 あき なすは 家に 食わすな」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) ◆ぎふももゼリー キャベツのごまずあえ  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 つかかれています。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 かい た くに にほん かんこく 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 ほっかいどう きょうどりょうり 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 かんとうだき たこの からあげ いっしょくようどん かやくどんのしる しょういっく ひ こんだて おおさか りょうり 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) かためきチーズ 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 おおいさ ばんぱく へいまく いっ げつ き 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  あきのみかくごはん	24日(水) ◆きせつのくだもの いそにしき  あゆの カレーあげ あきのみかくごはん 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。 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 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に秋にかけ 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 からだ つか しょういん こんだて 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  ★がんもどきの ふくめに しろごはん かぼちゃのみそしる わしく えいよう あじ ととの 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 1 2 日 えびシューマイ 幼1個、小2個、中・高3個 3 0 日 がんもどきの含め煮 幼・小1個、中・高2個			【きゅうしょくクイズ】 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 もの 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 きゅうしょく で た もの * 2 6 日の給食に 出る食べ物です。