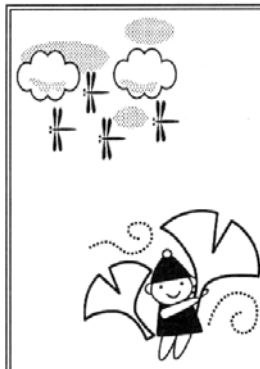


☑=スプーンがつく日

こん げつ もく ひょう
~今月の目標~
じょうぶな
 からだ つく
体を作ろう



○ でかこんである
 こん立について
 ↓
 コンポストに入れられま
 せん。もとの食かんに返
 しましょう。

日 付
 こん 立
 今日のこん立のねらい
 →

☎=放送用指導資料を配布しています

月	火	水	木	金
3 ねぎめた さんまのかばやき (むぎいりごはん) さといものにも 食べる前に食器の ならべ方を考えよう	4 ☎ とりにくの なべてり プロッコリーと だいこんの おかかあえ (むぎいりごはん) しめじのみそしる	5 あんにん とうふ えびのチリ ソースに (むぎいりごはん) せうりょうかどん	6 ほうれんそうと キャベツの おひたし さけの しおやき (むぎいりごはん) こうゆどうふの うまに	7 ☎ ハンバーグ ケチャップ ソースかけ わさびの サラダ りんごジャム (むぎいりごはん) しょうパン パンプキン ボタージュ
10 体育の日 スポーツの 秋	11 ☎ さばの しおやき グレープ ゼリー (むぎいりごはん) ほうとう さけわかめごはん	12 こあゆの なんばんづけ さりばし だいこんの にも (むぎいりごはん) すましじる	13 かに とりにくの ごまてり (むぎいりごはん) なめしふりかけ おでん	14 ☎ チンゲンさいと コーンのサラダ いかのマリネ はさもう スライスチーズ ミニコッパン やきそば 背すじを伸ばして 食べよう
17 あじつけ きゅうり チンジャオ ロース (むぎいりごはん) ワンタンスープ	18 ☎ やきししやも 1・2ねん 1び 3~6ねん 2び こまつな にびたし (むぎいりごはん) いかじゃが かみかみ くらまめ	19 だいすとかぼちゃ のあおな かきあげ ほうれんそうと あかこんにやく のおひたし (むぎいりごはん) ごもくみそしる	20 チンゲンさいの こんぶあえ やきほつけ (むぎいりごはん) ちくせんに	21 ☎ さんしよく ミート サラダ オムレツ (むぎいりごはん) ちくとうパン ポトフ
24 きんぴら いかの てりやき (むぎいりごはん) おやくどんぶり きざみ のり	25 ☎ あつあけの トマトソース マンゴー プリン入り フルーツよせ (むぎいりごはん) チャーハン フォーいりスープ	26 ほうれんそうと もやし のナムル やきにく (むぎいりごはん) わかめスープ	27 キャベツと ウィンナーの ソテー みかん (むぎいりごはん) ちくしんづけ チキン カレーライス	28 ☎ かいそう サラダ キャンディー ポテト (むぎいりごはん) あおなこいり かとうパン にくだんこいりスープ
31 ほうれんそうと はくさいの こまあえ (むぎいりごはん) ぶたじる 魚を上手に 食べよう	【世界の料理】 ベトナム料理を味わおう			
【湖魚料理・食物せんい献立】 食物せんいをたくさんとろう				
【食育の日・青花献立】 地場産物を味わおう				
【正しいおはしの持ち方をしよう】				
【楽しい給食時間】 楽しんで食べよう				
【青花献立】 さつまいものひみつを知ろう				

今月の給食に入っている地場産物

くさつきさん 草津市産

あお青ねぎ わさび菜

ほうれん草 みそ

しょうりょう 小あゆ

こまつな 小松菜

きゅうり

しかげんさん 滋賀県産

こめ 米

こむぎこ いちぶ ぶん 小麦粉 牛乳

こむぎこ ぎゅうにゅう 小麦粉 牛乳

ぎゅうにく 牛肉

みみつ葉

**きそく うれしい
 しょくじをしよう**