

☑=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**  
**ほねやはを**  
**つくろう**

☑=放送用指導資料を配布しています

○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	金
こん立	1 ☑ ハンバーグ ケチャップ ソースかけ チンゲンさい のサラダ りんごジャム しょくパン マカロニスープ
今日のこん立のねらい	きれいに盛りつけよう

月	火	水	木	金
4 やしししゃも 1.2年 1ひき 3~6年 2ひき えだまめ のりつくだに むぎいりごはん ちくぜんに	5 ☑ びわ とりてん たね わかめごはん だんごじる	6 さわらの しょうが あんかけ こんぶあえ むぎいりごはん かきたまじる	7 カルちゃん かきあげ れいとう りんご するめ むぎいりごはん ぶたじる	8 ☑ とりにくと やさいのソテー ごぼう サラダ はいがパン コンソメスープ
虫歯予防デー 「歯を大切にしよう」	【全国の料理】 大分県の料理を味わおう	いろいろな食品を 組み合わせて食べよう	【かみかみ献立】 かみごたえのある食べ物を食べよう	【今月の目標】 じょうぶな骨や歯を作ろう
11 はくさいとわさびなの あえもの ぶたにくの なんぶやき むぎいりごはん じゃがいもと ちくわのうまに	12 ☑ ほうれんそう さばの のおひたし みそに むぎいりごはん とうふのすましじる	13 いかに あおなあげ きゅうりと もやし のすのもの むぎいりごはん だいこんと ぶたにくの みそに	14 ぎゅうにくと あかこんにゃくの いために こふさいも うめぼし たね むぎいりごはん そうめんじる	15 ☑ こあゆの キャベツと ケチャップあえ かとうパン あおなこいり かとうパン コーンポタージュ
草津市でとれたわさび菜 (愛彩菜)を食べよう	朝ごはんの大切さについて 考えよう	【青花献立】草津市で作られた 青花粉入りの料理を味わおう	【食物せんい献立】 食物せんいの多い食べ物を食べよう	【湖魚料理・青花献立】 琵琶湖でとれた小あゆを味わおう
18 あんにとろろ かにたま ゆかりごはん マーボーなす	19 ☑ ぶたにくと やさいのみそいため こまつなの あえもの むぎいりごはん ふりすましじる	20 コーンコロッケ キャベツのサラダ (むぎいりごはん) ハヤシライス	21 だいこんサラダ さけのしおやき むぎいりごはん こうやどうふの たきあわせ	22 ☑ にくだんごの やさいあんかけ 2こ れいとうみかん はちみつ ミニコッパン トマトのパンネ
なすをおいしく食べよう	【食育の日】草津市や 滋賀県の地場産物を知ろう	よい姿勢で食べよう	野菜をたっぷり食べよう	パスタについて知ろう
25 だいずとかぼちゃの かきあげ あじつけ きゅうり むぎいりごはん だいこんのみそじる	26 ☑ アドポ豆腐 (とりにくの あまずいたため) ナタデココいり フルーツよせ チャーハン はるさめスープ	27 ポロニア ステーキ キャベツと ピーマンの サラダ ふくじんづけ (むぎいりごはん) ポーク カレーライス	28 あじの なんばんづけ ゆでとうもろこし (しん) かつおぶりがけ むぎいりごはん けんちんじる	29 ☑ ブレンオムレツ かいそう サラダ こくとうパン ポークビーンズ
ごはんとおかずを おかずをこうごに食べよう	【世界の料理】 フィリピンの料理を味わおう	協力して楽しい 給食の時間にしよう	おわんを手を持って 食べよう	食事の前には 石けんで手を洗おう

今日の給食に入っている地場産物

くさつしさん  
草津市産

あお  
青ねぎ  
な  
わさび菜  
みずな  
水菜  
こまつな  
小松菜

そう  
ほうれん草  
みそ  
あおなこ  
青花粉

しがけんさん  
滋賀県産

こめ  
米  
こむぎこ  
小麦粉の一部(5分の1)  
こむぎこ  
小麦粉  
ぎゅうにゅう  
牛乳  
ぎゅうにく  
牛肉  
あひく  
豚肉  
たいづ  
大豆

こあゆ  
小あゆ  
キャベツ  
きゅうり  
ズッキーニ  
みつ葉  
もやし  
なす

カルシウムが  
多い食品  
大集合!