

☆食育の日☆ 毎月19日は食育の日です。食について考えたり取り組んだりする日です。

スプーンがつく日

こんげつ もくひょう
~今月の目標~
規則正しい
食事をしよう



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
<p>1</p> <p>きゅべつと きゅりの あまみそあえ</p> <p>さけのなん ばんづけ</p> <p>むぎいりごはん さといものもの</p> <p>秋においしい さけを味わおう</p>	<p>2</p> <p>ほうれんそう のおひたし</p> <p>とりにくの なべり</p> <p>むぎいりごはん ふたじる</p> <p>【今月の目標】 規則正しい食事をしよう</p>	<p>3</p> <p>はくさいと みずなの こんぶあえ</p> <p>さんまの ごまみそに</p> <p>むぎいりごはん けんちんじる</p> <p>草津市産のみそと水菜と 青ねぎを食べよう</p>	<p>4</p> <p>グレーゼリー</p> <p>だいすちくわの あおばなかさあげ</p> <p>むぎいりごはん おやこんぶり</p> <p>【青花献立】 親子どんぶりにして食べよう</p>	<p>5</p> <p>ポイルキャベツ ヒレカツ</p> <p>パンフキン ポタージュ</p> <p>アップルパン</p> <p>カツについて 知ろう</p>
<p>8</p> <p>体育の日</p> <p>スポーツの 秋</p>	<p>9</p> <p>きゅうりと わかめの ちゅうかさ</p> <p>ホイコーロー</p> <p>なめし</p> <p>ワンタンスープ</p> <p>中華料理を 味わおう</p>	<p>10</p> <p>チンゲンさい のおかがあえ</p> <p>あつやきたまご</p> <p>むぎいりごはん ドライブルーン</p> <p>【目の愛護デー】 目に良い食べ物をたべよう</p>	<p>11</p> <p>きりぼしだいこん ののもの</p> <p>こあゆの かりんあげ</p> <p>むぎいりごはん ふいりすましじる</p> <p>【湖魚料理】 琵琶湖でとれた小あゆを食べよう</p>	<p>12</p> <p>オレンジゼリー</p> <p>ウインナー ソーセージ</p> <p>セルフやきそばパン</p> <p>パンに色いろな具を はさんで食べよう</p>
<p>15</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>あげチキン しゅうまい</p> <p>むぎいりごはん はっぼうさい</p> <p>よい姿勢で 食べよう</p>	<p>16</p> <p>なし</p> <p>あじのさんがあげ</p> <p>むぎいりごはん ひじきふりかけ</p> <p>【全国の料理】 千葉県料理を味わおう</p>	<p>17</p> <p>ハンバーグわふう</p> <p>こまつなの ごまあえ</p> <p>むぎいりごはん かきたまじる</p> <p>きれいに 盛りつけよう</p>	<p>18</p> <p>きゅべつと しめじの わふうサラダ</p> <p>やきししやも</p> <p>むぎいりごはん いかじゃが</p> <p>【かみかみ献立】 よくかんで食べよう</p>	<p>19</p> <p>わさびなりの だいこんサラダ</p> <p>キャンディー ポテト</p> <p>ミニあおばなこ いらいかとうパン</p> <p>【食育の日・青花献立】 野菜をたくさん食べよう</p>
<p>22</p> <p>ほうれんそう とちやしの ナムル</p> <p>やきにく</p> <p>むぎいりごはん わかめスープ</p> <p>ごはんをしっかり 食べよう</p>	<p>23</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>あつあけの みぞれ ソースかけ</p> <p>マヨネーズ</p> <p>【食物せんい献立】 食物せんいの多い食べ物を食べよう</p>	<p>24</p> <p>こふきいも やきほつけ</p> <p>むぎいりごはん ごもくすましじる</p> <p>「いただきます」「ごちそうさま」を しっかり言おう</p>	<p>25</p> <p>りんご</p> <p>キャベツと ツナのソテー</p> <p>むぎいりごはん ふくじんづけ</p> <p>【楽しい給食 時間】 にしよう</p>	<p>26</p> <p>マンゴープリン</p> <p>にくだんこの トマトソース</p> <p>こくとうパン フォーイリスープ</p> <p>【世界の料理】 ベトナムの料理を味わおう</p>
<p>29</p> <p>チンゲンサイ のあえもの</p> <p>ふたにくの なんぶやき</p> <p>むぎいりごはん こうやどうの うまに</p> <p>食べる前に食器の ならべ方を考えよう</p>	<p>30</p> <p>れんごんの きんぴら</p> <p>いかの てりやき</p> <p>むぎいりごはん はくさいのみそしる</p> <p>れんごんに ついて 知ろう</p>	<p>31</p> <p>こまつなと きゅべつ のおひたし</p> <p>とりのからあげ ねぎだれかけ</p> <p>むぎいりごはん じゃがいものうまに</p> <p>給食に入っている 食べ物を数えてみよう</p>	<p>今月の給食に入っている地場産物</p> <p>草津市産</p> <p>あお 青ねぎ わさび英(愛さい菜) ほうれん草 みそ あおばなこ 青花粉 みずな 水菜</p> <p>しがけんさん 滋賀県産</p> <p>こめ 米 パンの小麦粉の一部(5分の1) こむぎこ いちぶ ぶん 小麦粉 ぎゅうにゅう 牛乳 もやし</p> <p>ぎゅうにく 牛肉 こ 小あゆ こまつな 小松菜</p>	

実りの秋に感謝しよう

