



こんげつ もくひょう
～今月の目標～
きゅうしょくつか
給食に使われている
じほ さんぶつ
地場産物を知ろう



こんげつ きゅうしょく はい じほ さんぶつ
今月の給食に入っている地場産物

<p>くまつしさん 草津市産</p>	<p>しがけんさん 滋賀県産</p>
------------------------	------------------------

げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
<p>1</p> <p>こまつなと しめじのおひたし はまちの しおこうじやき</p>	<p>2</p> <p>かしわもち ほうれんそうと えのきのあえもの ぶたにくの アーモンドからめ</p>	<p>地場産物とは、自分が住んでいる所の近くでとれたり、作られたりした食べ物のことで、地元(もとばしょ)の場所(ところ)で産(う)まれた物(もの)という意味です。学校給食(がっこうきゅうしょく)には、草津市(くまつし)や滋賀県(しがけん)でとれた食べ物(たべもの)をたくさん(たくさん)使(つか)っています。</p> <p>地場産物(じほさんぶつ)を調(しら)べてみましょう。</p>	<p>白付(ひつげ)</p> <p>こんだて 献立(けんてい)</p>	<p>今日の献立(けふのけんてい) 一口メモ(ひとくちメモ)</p>
<p>【食物(しょくぶつ)せんい(せんい) 献立(けんてい)】食物(しょくぶつ)せんいの働(はたら)きを知(し)らう。</p>	<p>【端午(たんご)の節句(せきぐ) 献立(けんてい)】端午(たんご)の節句(せきぐ)について知(し)らう。</p>			
<p>8</p> <p>ひじきの にも きびなごの カレーあげ</p>	<p>9</p> <p>ちゅうか ポテト ホイコーロー</p>	<p>10</p> <p>ポテトサラダ さけの ハーブやき</p>	<p>11</p> <p>ござかな だいごんと やきとり みずなのあえもの</p>	<p>12</p> <p>あじつけ きゅうり かれいの かおりあげ</p>
<p>【かみかみ(かみかみ) 献立(けんてい)】よくかんで食(た)べよう。</p>	<p>ホイコーローは、日本(にほん)でも親(お)しまれ(れた)ている中華(ちゅうか)料理(りょうり)です。</p>	<p>さけは、実(じつ)は白身(しろみ)魚(いさな)の仲(な)間(ま)です。</p>	<p>ごはんとおかずは交(まじ)り合(あ)って食(た)べると、よりおいしく感(かん)じられます。</p>	<p>【減塩(げんえん) 献立(けんてい)】うす味(あじ)でおいしく食(た)べよう。</p>
<p>15</p> <p>きりほしだいごんの にも さばのしおやき</p>	<p>16</p> <p>チンゲンサイと もやしナムル ヤンニョムふう チキン</p>	<p>17</p> <p>おうみまいムース みずなと くきわかめの あえもの ちくわのこめこ あおなてんぷら 小1・2ねん…1こ 小3～6ねん…2こ 中 うちまめじる</p>	<p>18</p> <p>*中学校(ちゅうがっこう)の給食(きゅうしょく)はありませぬ。 アスパラいり おかかあえ ぶたにくの しょうがやき がんもどきと はるやさいのうまに</p>	<p>19</p> <p>*中学校(ちゅうがっこう)の給食(きゅうしょく)はありませぬ。 さくらえびいり かきあげ とりそぼろどんのく むぎいりごはん しらたまじる</p>
<p>「うまみ」は日本(にほん)で発見(はっけん)された味覚(あじ)です。</p>	<p>韓国(かんこく)では、音(おと)を立てず(た)に食(た)べるマナー(まな)りがあります。</p>	<p>【食育(しょくいく)の日(ひ)・地場産物(じほさんぶつ)・郷土料理(きょうと りょうり)・青花(あおな) 献立(けんてい)】</p>	<p>春野菜(はるやさい)はやわらかくみずみずしいのが特(とく)徴(てい)です。</p>	<p>どんぶり(どんぶり)は、日本(にほん)生まれの料理(りょうり)です。</p>
<p>22</p> <p>はくさいの しゃものからあげ にびたし 小1・2ねん…1び 小3～6ねん…2び 中</p>	<p>23</p> <p>もやしと きゅうりの こまぎすあえ あつあげの にくみそかけ</p>	<p>24</p> <p>アセロラゼリー こまつなの あえもの いかの しょうがだれかけ</p>	<p>25</p> <p>ほうれんそうの ごまあえ しろみぎかなの レモンソースかけ</p>	<p>26</p> <p>りんごジャム キャベツの サラダ ハンバーグ ケチャップソース かけ しょくパン カレーシチュー</p>
<p>ししゃも(ししゃも)は頭(あたま)からしっぽ(しっぽ)まで丸(まる)ごと食(た)べられる魚(いさな)です。</p>	<p>大豆(だいず)は色(いろ)々な食(しょく)品(ひん)の原(げん)料(りょう)になります。</p>	<p>いか(いか)はたくさん(たくさん)の種(しゆ)類(るい)があります。</p>	<p>白身魚(しろみぎかな)は、あつさりとした味(あじ)をして(して)います。</p>	<p>給食(きゅうしょく)を食(た)べる前(まえ)には、しっか(しつ)りと手洗(てあら)いをし(し)よう。</p>
<p>29</p> <p>きんぴらごぼう いわしの ごまだれかけ</p>	<p>30</p> <p>ココア きゅうにゅう はくさいの あえもの ぶたにくの ガーリックやき</p>	<p>31</p> <p>キャベツの じゃこいため とりの からあげ</p>	<p>(地場産物(じほさんぶつ)のよいところ)</p> <p>①早く(はや)届(とど)くので新(しん)鮮(せん)でおい(おい)しい。 ②作(つく)っている人(ひと)がわ(わか)って安(あん)心(しん)できる。 ③運(はこ)ぶ距(きょ)離(り)が短(たん)いので、ガソリン(がそりん)や排(はい)気(き)ガ(カ)スなどが少(すく)なくなり、環(かん)境(きやう)にや(やさ)しい。などがあります。</p>	
<p>いわし(いわし)のあ(あ)ぶらは、体(からだ)によ(よ)いあ(あ)ぶら(ぶら)です。</p>	<p>牛乳(ぎゅうにゅう)は、じょうぶな骨(ほね)を(つ)くるはたら(はたら)き(き)があります。</p>	<p>ちりめんじゃこ(ちりめんじゃこ)にはカルシウム(カルシウム)がたくさん(たくさん)入(はい)っています。</p>		