

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

くさつしさん 草津市産

こめ 米
 あおばなこ 青花粉
 あいさい菜
 みぶな 壬生菜
 あお 青ねぎ
 からすま 烏丸れんこん

しがけんさん 滋賀県産

ぎゅうにゅう 牛乳
 こむぎこ 小麦粉
 みそ
 こむぎこ 小麦粉
 うまめ 打ち豆
 おおむぎ 大麦
 だいず 大豆
 わかさぎ
 しろ 白ねぎ
 ブロッコリー

こんげつ もくひょう
 ~今月の目標~
 にほんがた しょくじ
 日本型の食事について
 し
 知ろう

げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
<p>日付</p> <p>こんだて 献立</p>	<p>だいず しょうひん 大豆からできる食品</p> <p>おから とうにゅう 豆腐 納豆 しょうゆ あぶらあ 厚揚げ みそ</p>		<p>1</p> <p>かぶのサラダ ホキのレモンソースかけ むぎいりごはん ビーフカレー</p>	<p>2</p> <p>こめこのいちごクレープ はくさいと だいずと さつまいもの あえもの からあげ ごはん つみれじる</p>
<p>きょう こんだて 今日 献立 ひとくち 一口メモ</p>	<p>かぶの厚揚げ 厚揚げ</p>		<p>かぶは冬が旬の野菜です。</p>	<p>【節分献立】節分献立を味わおう。</p>
<p>5</p> <p>さつまいもの かきあげ ねぎしお ぶたどんぐり かけてね むぎいりごはん あつあげのみそじる</p>	<p>6</p> <p>ほうれんそうのおかかあえ さばのしおやき ごはん ぶたにくと だいこんの にも</p>	<p>7</p> <p>ひじきのにも あつあげの にくみそかけ ごはん かきたまじる</p>	<p>8</p> <p>のむヨーグルト きんぴらごぼう とりにくの アーモンドからめ ごはん さわにわん</p>	<p>9</p> <p>からすま れんこんの しょうがあんかけ ために ごはん どんじる</p>
<p>しおぶたどん ねぎ塩豚丼にして、ごはんもおかずも食べましょう。</p>	<p>【減塩献立】うす味の良さをしろう。</p>		<p>【かみかみ献立】よくかんで食べよう。</p>	<p>【烏丸れんこん献立】烏丸れんこんを味わおう。</p>
<p>けんこく きねん ひ 建国記念の日</p>	<p>13</p> <p>こまつなともやしの こまつあえ たらの いそべあげ ごはん にくじゃが</p>	<p>14</p> <p>こめこのチョコレートケーキ きりぼし だいこんの にも ハンバーグ たりやき ソースかけ ごはん すましじる</p>	<p>15</p> <p>じゃがいもの そぼろに きびなごの カレーあげ ごはん はくさいのみそじる</p>	<p>16</p> <p>ブロッコリーと キャベツの サラダ ぶたにくの ケチャップ ソースかけ げんりょう パターリッチパン とりにくの シチュー</p>
<p>しよく こんだて しょうくつ 【食物せんい献立】食物せんいの良さをしろう。</p>	<p>【食物せんい献立】食物せんいの良さをしろう。</p>		<p>【日本型食事献立】</p>	<p>てをきれいにあらって、食事の準備をしましょう。</p>
<p>19</p> <p>さつまいものあおばな てんぷら ぶたにくと ごぼうの しぐれに 小1・2ねん：1まい 3~6ねん：2まい 中・・・3まい ごはん うちまめじる</p>	<p>20</p> <p>はるさめの ちゅうかあえ いかの チリソースかけ ごはん マーポー豆腐</p>	<p>21</p> <p>こまつなと あいさいなの こんぶあえ とりにくと じゃがいもの あまずあん ごはん こめごめんいり すましじる</p>	<p>22</p> <p>みかんゼリー あじつけ きゅうり ししゃもの からあげ 小1・2ねん：1び 3~6ねん：2び 中・・・2び ごはん すぎやきに</p>	<p>てんのうたんじょうび 天皇誕生日</p>
<p>しよく ひ じほさんぶつ 【食育の日・地場産物・郷土料理・青花献立】</p>	<p>マーポー豆腐は、中国の四川という地方の料理です。</p>		<p>ししゃもにはカルシウムが多く含まれています。</p>	
<p>26</p> <p>フライドポテト にくみそどんぐり かけてね むぎいりごはん たまねぎの すましじる</p>	<p>27</p> <p>ほうれんそうと はくさいの こまつあえ わかさぎの かりんあげ ごはん おでん</p>	<p>28</p> <p>しゆんぎくと あかこんにやくの おひたし とりにくの しおこうじゃき ごはん いもだんごじる</p>	<p>29</p> <p>ポテトサラダ さけの こうそうやき むぎいりごはん ハッシュドポーク</p>	
<p>みそは、大豆から作られています。</p>	<p>わかさぎはびわ湖でとれる魚です。</p>	<p>しお 塩こうじは、昔から日本で作られている調味料です。</p>	<p>さけは白身魚です。</p>	