

こんげつ もくひょう  
**～今月の目標～**

きゅうしょくつか  
**給食で使われている**  
 じぼさんぶつ  
**地場産物を知ろう!**



じぼさんぶつ  
**地場産物とは・・・**

じぶんす  
 自分が住んでいる所  
 の近くでとれたりつく  
 られたりした食べ物のこと  
 で、**地元**の**場所**で  
**産**まれた**物**という意味  
 です。

ようび <b>曜日</b>
ひつげ <b>日付</b>
こんだて <b>献立</b>
きょう こんだて <b>今日の献立</b>
ひとち <b>一口メモ</b>

げつ <b>月</b>	か <b>火</b>	すい <b>水</b>	もく <b>木</b>	きん <b>金</b>			
<p><b>2</b></p> <p>ちまき                  ちまき                  ちまき</p> <p>もやしと きゅうりの あえもの                  さわらの てりやき                  ちらし寿司 わかたけじる</p> <p>【こどもの日献立】こどもの日献立を味わおう!</p>	<p><b>5.5</b>  <b>こどもの日</b></p> <p>こどもの日は「端午の節句」ともいいます。「端午」とは「午ははじめの午の日(端午は、物事のはじまりという意味)のことで、「午」が「五」に通じることから、毎月5日というようになり、それが特に5月5日に限定されるようになりました。</p> <p>こどもの日の食べ物の一つに、「ちまき」があります。給食では、2日(月)の【こどもの日献立】につきます。</p>	<p><b>6</b></p> <p>さつまいもの あめがらめ                  ぎゅうにくと やさいの いためもの                  むぎいりごはん わかめスープ</p> <p>食事のあいさつにはそれぞれ意味があります。</p>	<p><b>9</b></p> <p>だいこんと ちくわのおちゃあげ                  炒げ卵の あえもの                  1ねん...1ぼん                  2~6ねん...2ぼん</p> <p>ごはん さつまいもの みそじる</p>	<p><b>10</b></p> <p>ほうれんそうと やきとり                  ちまきの こまあえ</p> <p>ごはん こうやどうふの うまに</p>	<p><b>11</b></p> <p>ひじきの あじのからあげ                  にももの 1ねん...1きれ                  2~6ねん...2きれ</p> <p>ごはん そうへいなべ</p>	<p><b>12</b> ココアきゅうにゅう</p> <p>こまつなと えのきたけの おひだし                  ぶたにくの てつばんやき</p> <p>ごはん ごもく みそじる</p>	<p><b>13</b></p> <p>りんご さけの こうそうやき                  あおばなパン ようぼう いりたまご</p> <p>【青花献立】青花粉を使った料理を味わおう!</p>
<p><b>16</b></p> <p>はるさめ とりにくの からあげ                  サラダ</p> <p>ごはん あつあげの ちゅうかに</p> <p>酢には体の疲れを取るはたらきがあります。</p>	<p><b>17</b></p> <p>かいそう たらの パンこやき                  サラダ</p> <p>ごはん こめこの チャウダー</p> <p>好きなものばかり食べていると、栄養が偏ります。</p>	<p><b>18</b></p> <p>ほうれんそうと さくらえびと                  はくさいの だいずの おひだし                  かきあげ</p> <p>ごはん ちくぜんに</p> <p>【三重県の献立】三重県の料理や産物を知ろう!</p>	<p><b>19</b></p> <p>あいさいなの わかさきの                  くわがめあえ いそべあげ</p> <p>ごはん ほつがげんまい にくじゃが</p> <p>正しい姿勢で食べると、食べ物の消化がよいです。</p>	<p><b>20</b></p> <p>炒げ卵と しめじの おかかあえ                  とうふハンバーグの てりやきソースかけ</p> <p>ごはん だいこんの みそじる</p> <p>【青花献立】青花粉を使った料理を味わおう!</p>			
<p><b>23</b></p> <p>はくさいと みずなの あえもの                  ぶたにくの つけやき</p> <p>ごはん キャベツの みそじる</p> <p>肉だけでなく、野菜もしっかり食べましょう。</p>	<p><b>24</b></p> <p>あじつけ ごまきゅうり やきほっけ                  ごまきゅうり</p> <p>ごはん がんもどきと たけのこのにももの</p> <p>がんもどきは、豆腐から作られます。</p>	<p><b>25</b></p> <p>チンゲンサイと とりにくの                  はくさいの あえもの                  みそだれかけ</p> <p>ごはん たけのこ かけたまじる</p> <p>米を使った料理は、色々な種類があります。</p>	<p><b>26</b></p> <p>ぶたにくと ごぼうの しぐれに                  きすのてんぷら</p> <p>ごはん すましじる</p> <p>【減塩献立】うす味でおいしく食べよう!</p>	<p><b>27</b></p> <p>あいさいなど はくさいの あえもの                  いかの カリンあげ</p> <p>ごはん じゃがいもと もずくのみそじる</p> <p>あいさい菜は、草津市の特産物です。</p>			
<p><b>30</b></p> <p>りんご チキンカツ ソースかけ                  むぎいりごはん</p> <p>ごはん はるやさいの カレー</p> <p>アスパラガスは、春が旬の野菜です。</p>	<p><b>31</b></p> <p>はくさいの ひじきいり おひだし                  さばの しおやき</p> <p>ごはん だいこんと ぶたにくの にももの</p> <p>魚には、たんぱく質やミネラルが豊富です。</p>	<p>こんげつ きゅうしょく がい  <b>今月の給食に入っている地場産物</b></p> <p>くまつし 草津市産</p> <p>こめ 米                  あおばなこ 青花粉                  あいさいな 愛彩菜                  あお 青ねぎ                  みずな 水菜</p> <p>な はくさい菜                  にんじん                  こまつな 小松菜                  チンゲン菜                  サイ 三太郎だいこん</p>		<p>し げんさん 滋賀県産</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳                  とうふ 豆腐</p> <p>こむぎこ 小麦粉                  こむぎこ 小麦粉                  はつがげんまい 芽生玄米</p> <p>パンの小麦粉の一部</p> <p>みそ わかさぎ                  こめこ 米粉                  だいず 大豆</p>			