

こんげつ もくひょう  
**～今月の目標～**  
 き まも た  
**決まりを守って食べよう**



こんげつ きゅうしよく はい じ ぼ 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  
 そう ほうれん草  
 あおばなこ 青花粉  
 な あいさい菜  
 みずな あお 水菜 青ねぎ



しがけんさん 滋賀県産

おおむぎ 大麦  
 こめこ 米粉  
 キャベツ  
 ぎゅうにゅう 牛乳  
 こむぎこ 小麦粉  
 みそ  
 こむぎこ 小麦粉



げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
<p>あたら 新鮮なクラスでの給食が始まりました。                  草津市の学校給食は、ごはんを主食とした                  和食中心の献立です。しっかり食べて、                  心もからだも大きく成長して欲しいと                  願っています。                  1年間、よろしくお願ひします。</p> <p>おいしい給食をお届けします</p> 			<p>ひつげ 日付</p> <p>こんだて 献立</p>	<p>12</p> <p>キャベツのサラダ                  ハンバーグケチャップソースかけ                  むぎいりごはん                  チキンカレー</p>
<p>今日のご献立                  一口メモ</p>			<p>協力して給食の準備をしよう。</p>	
<p>15 こめこのカップケーキ</p> <p>ほうれんそうのこまあえ                  とりのてりやき</p> <p>ごはん                  おいおいすましじる</p>	<p>16 さつまいものこめこあおばなてんぷら                  ふたにくとごぼうのしぐれに                  小1・2ねん・1まい                  小3～6ねん・2まい                  中 3まい</p> <p>ごはん                  とうふのみそしる</p>	<p>17 チンゲンサイのおかかあえ                  さばのしおやき</p> <p>ごはん                  けんちんじる</p>	<p>18 あじつけきゅうり                  ししゃものからあげ                  小1・2ねん・1び                  小3～6ねん・2び                  中・・・2び</p> <p>ごはん                  がんもどきと                  はるやさいの                  にもの</p>	<p>19 れんごんのいために                  あいさいなどちくわのかきあげ</p> <p>ごはん                  とりにくのじゅんじゆん</p>
<p>【ご入学・ご進級お祝い献立】</p>	<p>【青花献立】青花は草津市の花です。</p>	<p>ごはんは体のエネルギー源になります。</p>	<p>【かみかみ献立】よくかんで食べよう。</p>	<p>【食育の日・地場産物・郷土料理献立】</p>
<p>22 こざかな</p> <p>ちやんとはるさめのあえもの                  とりにくのこうみやき</p> <p>ごはん                  キャベツのみそしる</p>	<p>23 はくさいとみずなのおひだし                  あじのごまだれかけ</p> <p>ごはん                  ふたにくとやさいのうまに</p>	<p>24 きりぼしだいこんのにも                  あつあげのそぼろあんかけ</p> <p>ごはん                  こめこめんいりすましじる</p>	<p>25 プリン(卵・乳不使用)                  こまつなのあえもの                  さわらのてりやき</p> <p>ごはん                  ちくせんは</p>	<p>26 いちごジャム</p> <p>ごぼうサラダ                  ふたにくのケチャップからめ                  げんりょうしよくパン                  はるやさいのスープに</p>
<p>キャベツは胃や腸を守ります。</p>	<p>【減塩献立】うす味に慣れよう。</p>	<p>厚あげは、大豆から作られます。</p>	<p>ごはんとおかずを交互に食べよう。</p>	<p>【食物せんい献立】食物せんいは腸の動きを助けます。</p>
<p>29 しょうわひ 昭和の日</p> 	<p>30 ココアぎゅうにゅう</p> <p>キャベツのおかかあえ                  とりにくのからあげ</p> <p>ごはん                  じゃがいもとわかめのみそしる</p> <p>わかめを食べて丈夫な骨を作ろう。</p>	<p>みじたく 身支度</p> <p>給食時間になったら、全員せっけんできれいに手を洗いましょう。                  給食当番の人は身支度をし、当番でない人は、給食を受け取ったら静かに座って待ちましょう。</p>	<p>ぼうし(三角巾) マスク                  白衣(エプロン)</p> 	
<p>もりつけのコツ</p> <p>しるもの汁物は、よく混ぜて盛りつけましょう。</p> 	<p>しよつき 食器や食缶をていねいに扱ひましょう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>スプーンを折ったりまげたりしないでください。</li> <li>食器をかごに入れる時は、静かに重ねましょう。</li> </ul> 			