



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 し
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

くまつしさん
草津市産



しがけんさん
滋賀県産



げつ	か	すい	もく	きん
<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、地元の場所で産まれた物という意味です。草津市の学校給食には、草津市や滋賀県でとれた食べ物をたくさん使っています。地場産物を調べてみましょう。</p>				
		<p>1</p> <p>はくさいの にびたし / ぶたにくの ガーリックやき</p> <p>ごはん / ごくじゃが</p>	<p>2</p> <p>かしわもち</p> <p>ほうれんそうと もやしをあえもの / カレイの からあげ</p> <p>たけのこごはん / ずましじる</p>	<p>5月5日</p> <p>端午の節句</p> <p>ちまき</p> <p>かしわもち</p>
<p>ひつげ 日付</p> <p>こんだて 献立</p>	<p>7</p> <p>小1・2ねん…1こ / 小3～6ねん…2こ / 中…3こ</p> <p>さつまいもの こめこてんぷら / とりそぼろどんのく</p> <p>かけてね</p> <p>ごはん / ごもくみそじる</p>	<p>8</p> <p>ござかな</p> <p>アスパラいり おかがあえ / ぶたにくのアーモンドからめ</p> <p>ごはん / さわにわん</p>	<p>9</p> <p>ぶたにくと ごぼうの ピリからいため / さわらの しおこじやき</p> <p>ごはん / とうりの すきやき</p>	<p>10</p> <p>プリン (卵・乳未使用)</p> <p>こまつなと キャバツの こまあえ / やきとり</p> <p>ごはん / じゃがいもの ずましじる</p>
<p>まよう こんだて ひとち 今日の献立一ロメモ</p>	<p>どんぶりは、日本生まれの料理です。</p>	<p>【かみかみ献立】 よくかんで食べよう。</p>	<p>さかな あじ た 魚を味わって食べよう。</p>	<p>こまつな りくおうしゆ やさい 小松菜は緑黄色野菜です。</p>
<p>13</p> <p>きゅうりと ツナのサラダ / たらハのハーブやき</p> <p>ごはん / チキンカレー</p>	<p>14</p> <p>のむヨーグルト</p> <p>チンゲンサイと もやしのナムル / ヤンニョムふう チキン</p> <p>ごはん / トック</p>	<p>15</p> <p>あかこんにやくの そぼろに / さつまいもの あおはなかさあげ</p> <p>ごはん / うちまめじる</p>	<p>16</p> <p>あじつけ きゅうり / ぶたにくの しょうがやき</p> <p>ごはん / がんもどきと はるやさいのもの</p>	<p>17</p> <p>はるさめの あえもの / きびなごの いそべあげ</p> <p>ごはん / こうやとうぶの にももの</p>
<p>【食物せんい献立】食物せんいの働きを知ろう。</p>	<p>かんこく おと た 韓国では、音を立てずに食べるマナーがあります。</p>	<p>【食育の日・地場産物・きょうどりょうり あおばなこんだて 郷土料理・青花献立】</p>	<p>はる しゆん やさい あじ 春が旬の野菜を味わおう。</p>	<p>はるさめ 春雨は、いもから作られています。</p>
<p>20</p> <p>キャバツと チンゲンサイの かつおあえ / ぶたにくの ねぎしおやき</p> <p>ごはん / あつあけの きのこあんかけ ふうに</p>	<p>21</p> <p>だいこんと みぶなの こんぶあえ / さばの たつたあげ</p> <p>ごはん / キャバツの みそじる</p>	<p>22</p> <p>きゅうりと もやしのごますあえ / あつあけの にくみそかけ</p> <p>ごはん / こめこめんいり ずましじる</p>	<p>23</p> <p>にんじんと ツナの いためもの / ホキの あますあんかけ</p> <p>ごはん / じゃがいもの みそじる</p>	<p>24</p> <p>りんごジャム</p> <p>ポテト サラダ / とりにくの カレーやき</p> <p>しよくパン / ポタージュ スープ</p>
<p>【げんえんこんだて】 【減塩献立】 うす味の大切さを知ろう。</p>	<p>からだ さばのあぶらは、体によいあぶらです。</p>	<p>だいず いろいろ しよくひん げんりょう 大豆は色々な食品の原料になります。</p>	<p>ぎゅうにゅう 牛乳はじょうぶな骨を作りまします。</p>	<p>ひとち パンは一口ずつ、ちぎって食べよう。</p>
<p>27</p> <p>もやしの いためもの / すぶたふう</p> <p>ごはん / はるさめと わかめのスープ</p>	<p>28</p> <p>ひじきの にももの / とりにくと きのこの てっばんやき</p> <p>ごはん / きといもの みそじる</p>	<p>29</p> <p>はくさいと みすなの ゆかりあえ / あじの ごまだれかけ</p> <p>ごはん / とりにくと だいこんの にももの</p>	<p>30</p> <p>きりほし だいこん のごまあえ / ハンバーグ たりやき ソースかけ</p> <p>ごはん / とうぶと わかめの みそじる</p>	<p>31</p> <p>キャバツの じゃこいため / とりの からあげ</p> <p>ごはん / じゃがいもの うまに</p>
<p>ごはんとおかずを交互に食べよう。</p>	<p>あじ ひじきを味わおう。</p>	<p>にがて た もの ひとち た 苦手な食べ物も一口は食べよう。</p>	<p>きりほしだいこん しよくつ 切干大根は食物せんいが豊富です。</p>	<p>ちりめんじゃこにはカルシウムがたくさん入っています。</p>