

こんげつ もくひょう
～今月の目標～

き まも
決まりを守って
た 食べよう



こんげつ きゅうしよく はい じ ばんぶつ
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



あおばなこ
青花粉



みぶな
壬生菜



こめ
米



あお
青ねぎ



な
あいさい菜



みずな
水菜

しがけんさん
滋賀県産



だいず
大豆



おおむぎ
大麦



う まめ
打ち豆



ぎゅうにゅう
牛乳



こむぎこ
パンの小麦粉



みそ

げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
ひづけ 日付	新しい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、心も体も大きく成長してほしいと願っています。 1年間、よろしくお願いします。			
こんだて 献立	きゅうしよく ～給食のもりつけのポイント～ 道具をじょうずに使って スープやみそ汁などは、きれいに盛りつけましょう。よくまぜて、もりつけましょう。			
きょう こんだて 今日の献立	きゅうしよくとうばん 給食当番は、身じたくを しっかり整えましょう。 じぶん つくえ うえ 自分の机の上をきれいに かたづけましょう。 「いただきます」 「ごちそうさま」のあいさつを しましょう。 た ある 食べているときは、立ち歩か ないようにしましょう。			
きゅうしよく まえ 給食の前には、せっけんで きれいに手を洗いましょう。	14 コールスロー 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 15 こめこの カップケーキ キャベツと チンゲンサイの かつおあえ とりの からあげ ごはん おいおい すましじる 16 ぶたにくと さわらの しょうがたれかけ ごぼうの しぐれに わかめごはん はるやさいの もの 17 はくさいと ぶたにくの しょうがたれかけ みずなの あまだれかけ ぶりあえ どりじゃが ごはん 18 しがの めぐみの カレイの あおばなあげ ごはん やさい たっぷり みそしる			
きゅうしよく きゅうしよく じゅんぶ 協力して給食の準備をしよう。	【ご入学・ご進級お祝い献立】 しよくきょう せいの おきょう せいの 食器の置き方を確かめよう。 わかめごはんを食べよう。 牛乳には、骨の成長に必要なカルシウムが豊富です。 【食育の日、地場産物・郷土料理、草津市70周年記念】 あおばな こんだて (玉川中3年生)・青花献立			
21 ぶたにくと ごぼうの しょうがたれかけ ごはん	22 とりをぼろとろの あじの ごまだれかけ ごはん かけね とうふと わかめの みそしる 23 はるさめの とうふと とうふと とうふと ごはん はるさめの とうふと とうふと とうふと 24 れんこんの ぶたにくの しょうがたれかけ ごはん ごもく みそしる 25 きゅうりと とりをぼろとろの しょうがたれかけ ごはん ごもく みそしる			
あつ あ だいず つく 厚揚げは、大豆から作られる食べ物です。	どん にほん う 并ぶりは、日本生まれの料理です。 【日本・世界味めぐり献立：中国】 ちゅうがうりょう あじ 中華料理を味わおう。 【減塩献立】塩分を摂りすぎないようにしよう。 【食物せんい献立】食物せんいはおなかに良いです。			
28 ぶたにくと ごぼうの しょうがたれかけ ごはん	29 しょうわ ひ 昭和の日 30 だいこんと たら の コンソメあげ ごはん キャベツの みそしる しょうかんの おかず パットの おかず ごはん だいこんの おかず まいにちかくにん 毎日確認しよう!			
【かみかみ献立】 よくかんで食べよう。	みぶな こんだて じばんぶつ 壬生菜は、草津市の地場産物です。 もりつけ例を見て、正しく食器を並べて食べよう。			