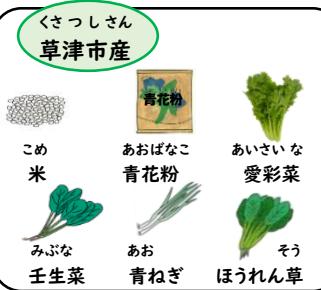


こんげつ もくひょう  
～今月の目標～

にほんがた しょくじ  
日本型の食事について  
し  
知ろう



こんげつ きゅうしょく はい  
じ ば さんぶつ  
今月の給食に入っている地場産物

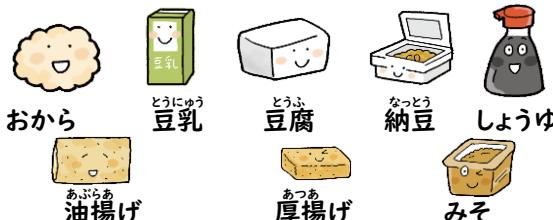


しがけんさん  
滋賀県産



月	火	水	木	金	
2	こまつなと もやしの おかあえ ごはん おでん	3 せつぶんまめ はくさいと みぶなの こんぶあえ ごはん けんちんじる	4 のむヨーグルト きゅうりの ツナあえ ごはん どうふの みそしる	5 ハンバーグ かぶのサラダ てりやき ソースがけ ごはん ミネストローネ	6 ほうれんそうと はくさいの ごまあえ むぎいり ごはん ぶたにくと たいこんの にもの
9	あかこんにやくの そぼろに ごはん のうへいじる	10 きりぼし だいさんの にもの ごはん どうふと ほうれんそうの みそじる	11 建国記念日 けんこくきねんび	12 フライドポテト とりそぼろ どんのぐ かすじる ごはん	13 いちごジャム プロッコリーの おかかマヨあえ げんりょう コッペパン コーン ボタージュ
16	もやしと こまつなと ごまづあえ ごはん ごんさいり みそしる	17 だいこんと あいさいの ゆかりあえ ごはん わがめの すまじる	18 ひじきの にもの ごはん さわにわん	19 はくさいと れんこんと にんじんの あまから そぼろいため わかめゆかり ごはん ふくやさい たっぷり とんじる	20 のむヨーグルト (いちご) キャベツと コーンの サラダ むぎいり ごはん おうみぎゅう カレー
23	ふりかえきゅうじつ 振替休日  	24 コーヒーぎゅうにゅう エスニック サラダ ごはん どりにくの フースースープ	25 りんごの カクテルゼリー ごはん ごもく みそしる	26 ちくわのこめご きんぴらごぼう いそべあげ ごはん おうみぎゅう にくじやが	27 はるさめの ちゅうあえ ごはん マーボーどうぶ
【日本型食事献立】日本型 の食事の良さを し じ う 味 わ お う。	【減塩献立】減塩の良さを し じ う 味 わ お う。	【かみかみ献立】よくかん で た で 食 べ よ う。	【食育の日・青花献立・ 志津小考案献立】 し よ く ひ あ お ば な こ ん だ て 志 津 小 考 案 献 立	おうみぎゅう あじ 近江牛を味わおう。	
【日本・世界味めぐり献立】 ベトナム料理を味わおう。		きゅうしょくじかん たの す 給 食 時 間 を 楽 し く 過 ご そ う。	しょくもつ こんだて しょくもつ 【食物せんい献立】食物 はたら し せんいの働きを知ろう。	ちゅうかりょうり あじ 中華料理を味わおう。	

だいす  
大豆からできる食べ物



せつぶん  
まめ  
豆  
節  
分  
とい  
え  
ば  
豆  
ま  
き。

まめ  
豆  
ま  
き  
とい  
え  
ば  
「  
大  
豆  
」  
で  
す  
ね。

だいす  
大豆には、たんぱく質や鉄、カルシウム、ビタミンなどの栄養がたっぷりふくまれています。

