

学校給食だより

今月の給食予定人員
 幼稚園… 799人
 小学校… 2,618人
 中学校… 1,387人
 計 … 4,804人

発行
 赤穂市学校給食会
 赤穂市立学校給食センター
 TEL 48-7151・7252
 FAX 48-1540

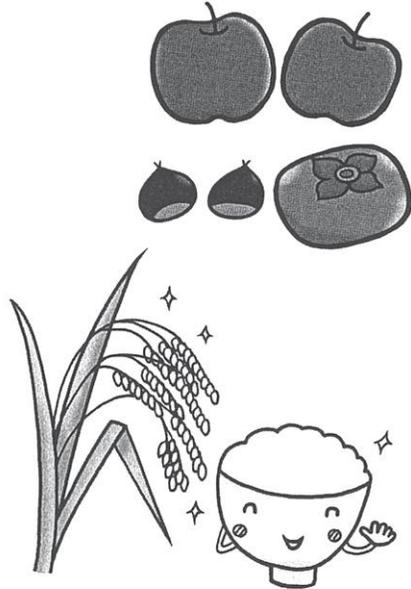


給食費口座振替日
 全校園とも11月25日(月)

〔通帳残高を確認のうえ前日までに
 入金しておいて下さい。〕

令和元年 11 月 分 学 校 給 食 献 立 表

日・曜	① 日 (金)	⑤ 日 (火)	⑥ 日 (水)	⑦ 日 (木)	⑧ 日 (金)	⑪ 日 (月)	⑫ 日 (火)	⑬ 日 (水)	⑭ 日 (木)	⑮ 日 (金)	⑱ 日 (月)
こ ん だ て	ごはん ぎゅうにゅう とんじる いわしのみりんぼし のりつくだに	ごはん ぎゅうにゅう たぬきじる さんしょくどんぶり ◎ゆずゼリー	ごはん ぎゅうにゅう もずくスープ カボチャサンド シーチキンサラダ	コッペパン(幼中) あぶらパン(小) ぎゅうにゅう カレーうどん かいそうサラダ あおじそドレッシング	ごはん ぎゅうにゅう ワンタンスープ カレールウ とりにくのレモンづけ ヨーグルトあえ	ごはん ぎゅうにゅう みそしる さんまかぼすレモンに もろどんサラダ あじつけのり	わかめごはん ぎゅうにゅう とうにゅうスープ ハムステーキ りんご ミニフィッシュ	ごはん ぎゅうにゅう かんとくに まるかじりカレーの あまから まぜまぜゼリー	コッペパン ◎のむヨーグルト(幼小) ぎゅうにゅう(中) さつまいものシチュー ほうれんそうオムレツ メープルジャム ケチャップ	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ チキンメンチカツ コールスローサラダ とんかつソース	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる キムタク ひねぼんサラダ
ざ い り よ う	ふたにく・ごぼう にんじん・だいこん こんにゃく・さといも あぶらあげ・ねぎ けずりぶし・みそ いわしのみりんぼし	こんにゃく・にんじん えのきだけ・ひらてん ごぼう・ねぎ・しょうが けずりぶし・でんぶん ごまあぶら とりミンチ・しょうが たまご・えだまめ	もずく・とうふ えのきだけ・ほしいたけ にんじん・ねぎ でんぶん・けずりぶし こんぶ カボチャサンド・あぶら きゅうり・にんじん シーチキン・マヨネーズ	とりにく・ちくわ たまねぎ・にんじん カレールウ・にんにく うどん・あかワイン かいそう・わかめ きゅうり・にんじん	ワンタン・ふたにく はくさい・もやし にんじん・ねぎ ほしいたけ・チキンピヨン とりにく・でんぶん レモンかじゅう・あぶら ヨーグルト・おうとうかん パインかん・みかんかん くるまめかん・カクテルゼリー	とうふ・あぶらあげ にんじん・わかめ ねぎ・みそ・けずりぶし さんまかぼすレモンに もろどん・ほうれんそう ハム・ホールコーンかん にんじん・ごま ごまあぶら	ベーコン・たまねぎ にんじん・セロリ・とうにゅう ミニウインナー・キャベツ みそ・チキンピヨン じゃがいも・えのきだけ ポロニアハム ケチャップソース りんご	うずらたまご・ぎゅうにく じゃがいも・あつあげ こんにゃく・まるてん にんじん・けずりぶし カレー・でんぶん あぶら まぜまぜゼリー パインかん カクテルゼリー	とりにく・にんじん さつまいも・たまねぎ しろいんげんまめ ブロッコリー・ホワイトルウ チキンピヨン・ぎゅうにゅう ほうれんそうオムレツ	わかめ・ほたてかいばしら にんじん・たまねぎ えのきだけ・ねぎ・ごま けずりぶし チキンメンチカツ・あぶら キャベツ・にんじん きゅうり・ホールコーンかん コールスロドレッシング	とりにく・とうふ にんじん・だいこん ねぎ・ごぼう こんにゃく・けずりぶし ふたにく・キムチ ごまあぶら・たくあん おやとりにく にんじん・キャベツ ぼんず
日・曜	⑬ 日 (火)	⑭ 日 (水)	⑮ 日 (木)	⑯ 日 (金)	⑲ 日 (月)	⑳ 日 (火)	㉑ 日 (水)	㉒ 日 (木)	㉓ 日 (金)		
こ ん だ て	ごはん ぎゅうにゅう コンソメスープ ハンバーグきのこソース みかん	ごはん ぎゅうにゅう ふたもやしスープ なっとうみそ ミニトマト	あぶらパン(幼中) コッペパン(小) ぎゅうにゅう コーンポタージュ チキンウインナー キャンディチーズ(小) ミルメーク(小)	ごはん ぎゅうにゅう すましじる さばのみそに おかかあえ	ごはん ◎のむヨーグルト だいこんじる マーマレードチキン ゆでブロッコリー マヨネーズ	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげしゅうまい いとかんてんの ちゅうかサラダ	たきこみごはん ぎゅうにゅう うどん あつあげのふくめに えだまめ ミルメーク(中)	こめこパン ぎゅうにゅう(幼小) ◎のむヨーグルト(中) とりつくねスープ しろみざかなのフライ ゆでキャベツ ウスターソース	むぎごはん ぎゅうにゅう カレーシチュー とんかつ かいそうサラダ かんぎつドレッシング		
ざ い り よ う	ベーコン・たまねぎ キャベツ・にんじん ホールコーンかん・セロリ マッシュルーム・パセリ チキンピヨン とうふハンバーグ デミグラスソース・しめじ マッシュルーム・ケチャップ みかん	ふたにく・もやし キャベツ・にんじん ねぎ・にんにく しょうが・はなかつお みそ・スープストック ごまあぶら なっとう・とりミンチ ねぎ・みそ・ごま ミニトマト	ベーコン・クリームコーンかん たまねぎ・にんじん ホールコーンかん マッシュルーム・ぎゅうにゅう なまクリーム・ホワイトルウ チキンピヨン チキンウインナー ケチャップソース	とうふ・あぶらあげ みつば・えのきだけ かまぼこ・にんじん けずりぶし・こんぶ さばのみそに とりにく・でんぶん マーマレード はくさい・もやし はなかつお・ごま	ふたにく・だいこん にんじん・あぶらあげ とうふ・かまぼこ・しめじ ねぎ・けずりぶし・こんぶ とりにく・でんぶん マーマレード ブロッコリー	とうふ・ふたミンチ たまねぎ・にんじん ねぎ・グリーンピース しょうが・みそ・でんぶん マーボーのもと・ごまあぶら トウバンジャン・テンメンジャン しゅうまい・あぶら いとかんてん・ハム きゅうり・ごまあぶら にんじん・もやし・ごま	うどん・ぎゅうにく かまぼこ・にんじん あぶらあげ・ねぎ けずりぶし・こんぶ あつあげ・けずりぶし しょうが えだまめ	とりつくね・はくさい にんじん・たまねぎ ほしいたけ・ねぎ しょうが・チキンピヨン ホキフライ あぶら キャベツ	ぎゅうにく・じゃがいも たまねぎ・にんじん トマトかん・にんにく カレールウ・ひよこまめ あかワイン とんかつ・あぶら かいそう・わかめ きゅうり・にんじん		



○印は幼稚園の給食日です。

●●● 給食標語 「^{おお}大きい声で ^{こえ}えがおつたわる ごちそうさま」 28年度 赤穂西小3年 谷口 玲菜 ●●●

裏面もごらん下さい。

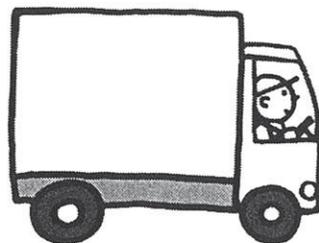
感謝の気持ちをもって 食べましょう

みなさんのもとに食事が届くまでには、たくさんの方がかわり働いています。どのような人がかかわっているのか、下の絵を見てたしかめてみましょう。何気なく食事をしてしまいがちですが、これからは感謝の気持ちをもって食事ができるといいですね。

食べ物育てる人



食品運ぶ人



ありがとう



こんだてを考える人



料理作る人



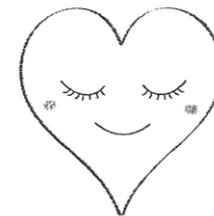
給食当番



命への感謝

「いただきます」

わたしが食べている肉や魚、米、野菜など一つひとつに命があり、私たちはその命をいただいています。私たちの命をつないでくれる大切な食べ物に感謝の気持ちを表すあいさつです。



命にいただきます
人に「ごちそうさま」

人への感謝

「ごちそうさま」

漢字で「御馳走様」と書き、「馳走」には「走り回る」という意味があります。昔、大切な人をもてなすために遠くまで走り回り、食べ物を集めてきてくれた人へ感謝の気持ちを表す言葉として生まれました。



11月24日は「和食の日」

11月24日は「いいにほんしょく」と読んで、「和食の日」です。日本人が昔から食べてきた和食の文化を守ること、伝えていくことの大切さを考える日とされています。

「和食」に欠かせないもの

調味料

米や大豆を発酵させて作るしょうゆやみそ、みりんなどは日本の伝統的な調味料です。地域によって使うしょうゆやみその種類がちがうのもおもしろいですね。



だしのうま味

だしの「うま味」は、和食の味の基本です。だしをとるためには、こんぶやかつお節、にぼしなどがよく使われます。

