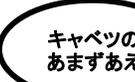
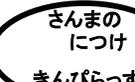
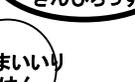
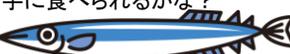
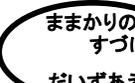
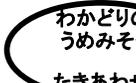
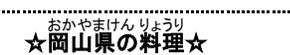
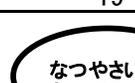
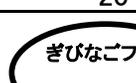
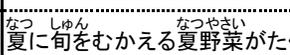
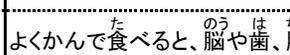
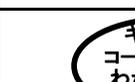
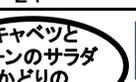
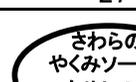
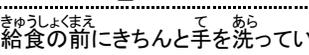
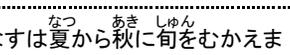
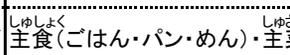


月	火	水	木	金
<h1>8月・9月 もりつけ ひょう</h1> <p>令和6年度 第五福田小学校</p> 		28  れいとうみかん  やさいのレモンずあえ  なすのみそぶたどん  ごはん  ぶたどんのく  牛乳	29  キャベツのあまずあえ  ごはん  じゃがいもそぼろば  牛乳	25  ちゅうかサラダ  ごはん  マーボー豆腐  牛乳
2  さんまのにつけ  きんぴらっす  げんまいりごはん  とうふのすましじ  牛乳	3  ピオーネ  ウィナー  キャベツ  ドッグサンド  パン  コンソメスープ  牛乳	4  プルーン  ヨーグルト  こまつなとコーンのサラダ  ハヤシライス  ごはん  ハシラウ  牛乳	5  わかどりのピリからやき  ひじきりごもくに  ごはん  えのきたけのみそし  牛乳	6  こんぶのすのもの  ごはん  とうふチャンプルー  牛乳
★季節の魚 さんま★ じょうず 上手に食べられるかな？ 	★季節のくだもの ピオーネ★ くらしましななちく 倉敷市船穂地区のピオーネです。 	★鉄は血液をつくるために必要な栄養素です。鉄の多い食べ物をしっかり食べましょう。 	★きちんと盛りつけができていますか？ かくにん 確認しましょう。ごはんは左側、汁が右側にありますか？ 	★沖縄県の料理★ 「チャンプルー」は「色々な食材を混ぜこぜにした」という意味です。 
9  ままか리의すづけ  だいずあえ  ごはん  かぼちゃのみそし  牛乳	10  ひゅうがなつゼリー  あじのトマトソースかけ  ソイブレッド  とうがんスープ  牛乳	11  れいとうみかん  ぎゅうくのあまからいため  ビビンバ  わかめスープ  牛乳	12  もみのり  だいずのわかめのすのもの  ぶっかけうどん  うどんのしる  牛乳	13  わかどりのうめそやき  たきあわせ  ごはん  つきまかまぼこりすましじ  牛乳
★岡山県の料理★ まま(ごはん)をかりにいくほどおいしい「ままかり」を味わいましょう 	★とうがん(冬瓜)★ おかやまけん 岡山県でたくさん生産されています。 	★韓国の料理★ 「ビビン」は混ぜる、「バ」はごはんという意味です。 	★お月見にちなんで★ ことし 今年の十五夜は9月17日です。きれいな月が見られるかな？ 	★お月見にちなんで★ ことし 今年の十五夜は9月17日です。きれいな月が見られるかな？ 
16 	17  ブルーベリージャム  なすとじゃがいものミートソースやき  パン  やさいスープ  牛乳	18  いそわかめふりかけ  ちぐさあえ  ごはん  にくじゃが  牛乳	19  なつやさいのピリからいため  ごはん  はるさめスープ  牛乳	20  ぎびなごフライ  いそに  ごはん  なすとあぶらあげのみそし  牛乳
敬老の日 	★地場産物を使って★ おかやまけん 岡山県産のなすを味わって食べましょう。 	お箸を正しく持つことができますか？ 	なつしゆん 夏に旬をむかえる夏野菜がたくさん入っています。しっかり食べて、げんきす 元気に過ごそう！ 	よくかんで食べると、脳や歯、腸など体に良いことがたくさんあります。意識して食べましょう。 
23 	24  キャベツとコーンのサラダ  わかどりのこうそうやき  パン  ビーンズスープ  牛乳	25  チンゲンサイとしめじのちゅうかあえ  ごはん  マーボーナす  牛乳	26  ネーブル  むしどりのサラダ  ベーコンときのこのスパゲティ  ソフトめん  きのこソース  牛乳	27  さわらのやくみソースかけ  もやしのからしあえ  ごはん  きわかめのみそし  牛乳
振りかえきゆうじつ 振替休日 	きゆうしよくまえ 給食の前にきちんと手を洗っていますか？ きちんと手を洗って、すすぎをしっかりと洗いをして、すすぎをしっかりと洗いをして、すすぎをしっかりと洗いをして、食中毒を防ぎましょう。 	なすは夏から秋に旬をむかえます。水分が多く、夏にぴったりの野菜です。 	あさごはんを食べていますか？ 朝ごはんを食べていますか？朝ごはんには、体や頭を目覚めさせる大切な働きがあります。 	主食(ごはん・パン・めん)・主菜(肉・魚・大豆)・副菜(野菜)をそろえることが大切です。 
30  ぶたにくのブルコギ  ごはん  キムチスープ  牛乳	きちんと盛りつけができていますか？  おさら  ちゃわん  しるわん  牛乳		給食の前にはきちんと身じたくをしよう！ 〇給食 帽子の中に前髪も後ろの髪も全部入れよう！ 〇マスクは口も鼻もかくそう！ 〇手をアルプースできれいに洗おう！ 	
ぶたにく おお 豚肉に多く含まれるビタミンB1は、疲れをとってくれるはたらきがあります。 