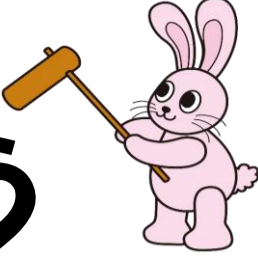

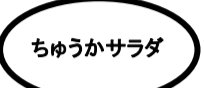































































































月	火	水	木	金
<h1>8月・9月 もりつけひょう</h1>				
				令和5年度 第五福田小学校
				 2学期始業式
28	29	30	31	1
 ちゅうかサラダ  ごはん  マーボー どうふ	 マスカット  てりやき ハンバーグ  キャベツ  てりやき バーガー  かぼちやの ポタージュ  パン	 れいとうみかん  きゅうりと キャベツの あえもの  なすのみそぶたどん  ごはん  ぶたどんの ぐ	 さばの ぶりからやき  ひじきいり すのもの  ごはん  えのきたけの みそしる	 ぶたにくとだいの レモンずあえ  ごはん  なつけんちん
<p>2学期最初の給食です。まだまだ暑いですが、しっかり食べて元気に過ごしましょう。</p>	<p>★季節のくだもの マスカット★ 健康な体を作るためには、バランスの良い食事だけでなく適度な運動も大切です。</p>	<p>健康な体を作るためには、バランスの良い食事だけでなく適度な運動も大切です。</p>	<p>さばには体に良いはたらきをする脂「EPA」や「DHA」がたくさん入っています。</p>	<p>けんちんは野菜や豆腐を炒めてしょうゆで煮たものです。今日は夏野菜のかぼちやを使いました。</p>
4	5	6	7	8
 ピオーネ  にくやさしいため  ごはん  キムチ スープ	 キャベツと コーンのサラダ  わかどりの こうそうやき  ソーイブレッド  コンソメ スープ	 ぎびなごフライ  きんぴら  ごはん  なすと あぶらあげの みそしる	 もみのり  わかめの すのもの  うどん  うどんの しる	 れいとうみかん  ぎゅうにくの あまからいため  ナムル  ごはん  わかめ スープ
<p>★季節のくだもの ピオーネ★ 岡山県はピオーネの生産量日本一です。</p>	<p>給食の前にきちんと手を洗っていただきますか？しっかりと手洗いをして食中毒を防ぎましょう。</p>	<p>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。</p>	<p>いそべ揚げは、衣の中に青のりを入れています。とても香りのよい天ぷらです。</p>	<p>★韓国の料理★ 「ビビンバ」は混ぜる、「パ」はごはんという意味です。</p>
11	12	13	14	15
 こんぶのすのもの  ごはん  とうふ チャンプルー	 ハンエッグ  マヨネーズ  じゃがいもの サラダ  パン  チリコンカン	 いそわかめ ふりかけ  ちくさあえ  ごはん  にくじゃが	 なつやさいの ぶりからいため  ごはん  はるさめ スープ	 いかの しょうがじょうゆかけ  ごはん  かぼちやの みそしる
<p>★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。</p>	<p>じゃがいもは黄の食品です。体を動かすエネルギーのもとになる食べ物です。</p>	<p>お箸を正しく持つことができますか？</p>	<p>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、暑い夏を元気に過ごそう！</p>	<p>きちんと盛りつけができていますか？確認しましょう。ごはんは左、みそ汁が右にありますか？</p>
18	19	20	21	22
 敬老の日	 ブルーベリー ジャム  あじの トマトソースかけ  パン  とうがん スープ	 ちゅうかあえ  ごはん  マーボー なす	 ネーブル  むしどりの サラダ  ソフトめん  きのこ ソース	 さわらの やくみソースかけ  ごはん  とうふの すましる
<p>敬老の日</p>	<p>★とうがん(冬瓜)★ 岡山県でたくさん生産されています。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>	<p>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。</p>
25	26	27	28	29
 ヨーグルト  かんてん サラダ  カレー  ごはん  カレーの ルー	 ひゅうがなつ ゼリー  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	 さけの うめみそやき  ごはん  つきみかまぼこいり すましる	 きくらげのあえもの  ごはん  はっぼうさい	 ままかりの なんぼんづけ  ごはん  がんまいいり ごはん  つきまいもの みそしる
<p>「キーマ」とは、「ひき肉」という意味です。今日は、ぶた肉・鶏肉・大豆のひき肉を使っています。</p>	<p>★地場産物を使って★ 岡山県産のなすを味わって食べましょう。</p>	<p>★お月見にちなんで★ 今年の十五夜は9月29日です。きれいな月が見られるかな？</p>	<p>★中国の料理★ 八宝菜の「八」には「たくさんの食材」という意味があります。</p>	<p>★岡山県の料理★ まま(ごはん)をかりにいっほどおいしい「ままかり」を味わいましょう。</p>