

給食だより 11月

蒸くても茹くても
毎日手洗い



永山西小学校



わたしたちは食事からエネルギーや栄養素を補給して、成長したり活動したりしています。わたしたちは自然の恵みをいただいています。命をいただくことへ感謝の心を持って食べてほしいと思います。

食事のあいさつってどんな意味があるの？



かかわった人や命への感謝が込められているよ

いただきます

食べ物はもともと生きた動物や植物の命です。その命をいただくことへの感謝が込められています。

ごちそうさま

漢字で「ご馳走さま」と書き、食事を用意するために駆け回って来てありがとうという意味です。

月	火	水	木	金
《1》 麦入り菜飯 牛乳 秋野菜の煮物 鱈フライ 醤油	《2》 米粉コッパン 牛乳 マカロニクリーム煮 インドポテト ミニトマト	《3》 文化の日	《4》 ごはん 牛乳 たまご丼の具 みそ汁 (キャベツ・大根)	《5》 ごはん 牛乳 グレープゼリー 豆腐チゲ もやしのナムル
《8》 麦ごはん 牛乳 ポークハヤシ 福神漬け フルーツあわせ	《9》 小ごはん 牛乳 五目うどん 白花豆コロッケ バナナ	《10》 十二種雑穀ごはん 牛乳 鶏ごぼう汁 にしんゆず味噌煮	《11》 米粉あずきパン 牛乳 ピリカラたまごスープ たこメンチ 枝豆	《12》 ごはん 牛乳 オイスターソース煮 ごまドしあえ
《15》 ごはん 牛乳 豚肉と芋の南蛮煮 さばしょうが焼き	《16》 米粉小バターパン 牛乳 フロッコリーいため トマトパスタ スペインオムレツ	《17》 ごはん 牛乳 みそ汁 (たまご) 豚キムチ みかん	《18》 米粉丸コッペ切り込みパン 牛乳 りんご 米粉のコーンスープ スラッピージョー	《19》 ごはん 牛乳 豆腐中華煮 刻み大根のパリパリあえ
《22》 麦ごはん 牛乳 カレー 福神漬け フルーツゼリーあえ	《23》 勤労感謝の日	《24》 ごはん 牛乳 かぼちゃ団子のとろとろ汁 厚焼きたまご (ひじき) ふりかけ	《25》 ソフトフランスパン 牛乳 タラザンギ ワンタンスープ アスパラとコーンのソテー	《26》 ごはん 牛乳 のっぺい汁 春雨のごま炒め バナナ
《29》 ごはん 牛乳 カレーコンソメスープ チキンライスの具 目玉焼き	《30》 小ごはん 牛乳 豚骨しょうゆラーメン 春巻き みかん	✨きれいにみえても実は…… わたしたちの手はいろいろなものに触れるので、ほこりなどのほかに細菌やウイルスなどがついていきます。細菌などは見えないので、汚れていないように見えても手を洗う必要があります。		