

# 給食だより 11月

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て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》 ごはん 牛乳 とりごぼう汁 サバしょうが焼き りんご	《2》 あんパン 牛乳 ポールスープ インドポテト	《3》 文化の日
《6》 十二種雑穀米 牛乳 他人丼の具 みそ汁 みかん	《7》 小ごはん 牛乳 きのこうどん イカリングフライ バナナ	《8》 ごはん 牛乳 豚肉と芋の甘辛煮 大根炒め	《9》 米粉丸コッペ切り込みパン 牛乳 ソース マカロニクリーム煮 コロッケ 温野菜	《10》 ごはん 牛乳 豆乳みそ汁 豚キムチ混ぜご飯 ご飯と混ぜてください
《13》 麦ごはん 牛乳 福神漬 チキン&エッグカレー フルーツゼリーあえ	《14》 米粉コッペパン 牛乳 ワンタンスープ ゴマ照り焼き炒め バナナ	《15》 ごはん 牛乳 豆腐のオイスターソース煮 ホッケ和風フライ	《16》 米粉小バターパン 牛乳 トマトパスタ 肉だんご ブロッコリードレッシング	《17》 ごはん 牛乳 実だくさん汁 春雨のごま炒め
《20》 麦入り菜めし 牛乳 秋野菜の煮物 厚焼きたまご(ひじき)	《21》 小ごはん 牛乳 豚骨ラーメン かにしゅうまい バナナ	《22》 ごはん 牛乳 生揚げのマーボー炒め もやしのナムル	《23》 勤労感謝の日	《24》 ごはん 牛乳 だんごのとろとろ汁 にしんおろし煮 みかん
《27》 麦ごはん 牛乳 ハヤシライス 福神漬 フルーツあわせ	《28》 ごはん 牛乳 豆腐チゲ ごまあえ	《29》 ごはん 牛乳 中華風たまごスープ 焼ききょうざ	《30》 ソフトフランスパン 牛乳 米粉コーンスープ ウィンナーと野菜のソテー 枝豆 りんごジャム	