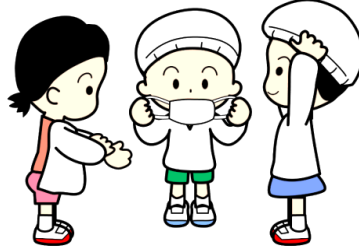


こんげつ きゅうしょくもくひょう
今月の給食目標

きょうりよく じゅんぴ
協力して準備や

かた
片づけをしよう



★ドレッシングつき(クラス1本) ▲すくなめのごはん



とき	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
こんだて	さばのたつたあげ たけのこごはん みそしる	ホキのカレーふうみやき ちいさいコッパン パーコンとキャベツのスパゲティ	にこみチキンハンバーグ こめこパン やさいのようふうに	のりのつくだに ごはん はるやさいのにももの ぶたじる
おはなし	きょうから きゅうしょく 今日から給食がはじまります! あたら しいクラスで食べる はじ 初めての給食です。給食マナーを守って、なかよく、たの 楽しく食べましょう。	ベーコンとキャベツのスパゲティ スパゲティは、小麦粉から作られる麺です。イタリア語で「細い」といいます。スパゲティは、ベーコンのうまみとキャベツの甘味がおいしいスパゲティです。	こめこパン こめこ 米粉で作ったパンです。もちっとした歯ごたえです。しっかりかんで甘味を楽しんでください。	はるやさいのにももの(ふき) ふきは春が旬の野菜です。独特の香りとほろ苦さが特徴です。泉州でも、たくさん作られています。
とき	17日(月)▲	18日(火)	19日(水)	20日(木)
こんだて	ちくわとこんにゃくのいりに なめし さんさいうどん	フルーツミックス ごはん カレーライス	どりにくのバーベキューソース コッパン コーンスープ	わかさぎのてんぷら こくとうパン とうふのちゅうかに
おはなし	さんさいうどん はるのやま 春の山で採れる山菜(わらび、ぜんまい)を使った春の香がするうどんです。旬の味を楽しんでください。	きょうから ねんせい 今日から1年生の給食がはじまります きょうりよく 協力して準備や片づけをしましょう。	まいつき 毎月19日は食育の日 とりにくのバーベキューソース バーベキューソースは、にんにく、土しょうが、しょうゆ、さとう、酒、りんごピューレを合わせて作ります。	わかさぎのてんぷら わかさぎは骨が柔らかいので骨ごと食べられます。骨や歯を強くするカルシウムがたくさん含まれています。
とき	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)★フレンチ
こんだて	きさみのり ごはん ビビンバのり わかめスープ	さわらのしおこうじやき ごはん あつおけのみしる	にくじやがコロク コッパン ミネストローネ	キャベツとにんじんの サラダ★ うずまきパン グラタンふう
おはなし	ビビンバ ビビンバは韓国の料理です。「ビビンバフ」ともいいます。味をつけた牛肉と野菜を、ごはんの上にのせて、のりをふりかけ、混ぜて食べます。	さわらのしおこうじやき しお 塩こうじとは、こうじと塩と水を混ぜて発酵させた、日本の伝統的な調味料です。さわらの身をやわらかくしてくれます。	ミネストローネ こめこマカロニ こめこ 小麦粉ではなく米粉で作ったマカロニです。小麦粉アレルギーの人にも食べられます。星の形をしています。	キャベツとにんじんのサラダ キャベツは1年中、出回っています。春に出回るキャベツは、春キャベツといわれます。巻きがゆるく葉がみずみずしくて、やわらかいのが特徴です。
とき	28日(金)			
こんだて	こまつなとベーコンの ソテー ごはん ツナピラフ コソメスープ			
おはなし	ツナピラフ ピラフは、もともとトルコ料理です。「煮た米と肉」を意味するトルコ語の「ピラフ」から「ピラフ」とよばれるようになりました。			