



9月後半 給食献立表



令和2年度

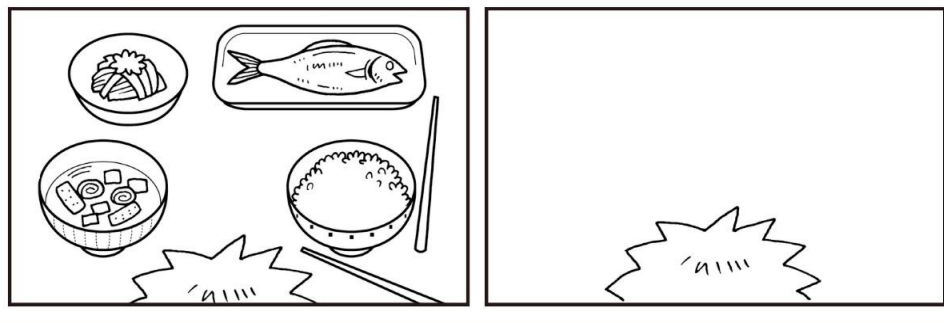
港区立赤坂小学校

14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)
ご飯 ツナとひじきのふりかけ じゃが芋のそぼろ煮 大根の味噌汁 牛乳	豚肉のしぐれご飯 玉子焼き ごま和え えのきの味噌汁 牛乳	チキンカレーピラフ 鮭のバジル焼き じゃが芋と野菜のスープ 乳酸菌飲料	塩焼きそば ツナとわかめの和え物 フルーツ白玉 牛乳 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">9月誕生日給食</div>	高菜ご飯 筑前煮 かき玉汁 牛乳 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">食育の日給食 ～福岡県～</div>
ふりかけに使われているひじきは海でとれる海藻で、貧血予防に効果がある食材です。ふりかけのレシビを2階配膳室横に置いておくので、ぜひ家でも作ってみてください。	「しぐれ」とはしょうがと醤油・砂糖などを使った煮物のことです。今日は豚肉のしぐれ煮をご飯に混ぜたしぐれご飯が出ます。	今日は乳酸菌飲料のジョアが出ます。乳酸菌はお腹の調子を整える働きがあるので、家でも乳酸菌の入ったヨーグルトやチーズを積極的に食べましょう。	今月の誕生日給食は暑い時期にぴったりのフルーツ白玉です。9月生まれの皆さん、お誕生日おめでとうございます。	今日は福岡県郷土料理の筑前煮が出ます。かつて福岡県が筑前国と呼ばれていたことからその名がつけました。
21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)
<div style="text-align: center;"> <p>敬老の日</p> </div>	<div style="text-align: center;"> <p>秋分の日</p> </div>	ハヤシライス 人参ドレッシングサラダ 果物(洋梨) 牛乳 <div style="text-align: right;"></div>	けんちんうどん ごま味噌和え おはぎ 牛乳 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">お彼岸</div>	ご飯 鯖の竜田揚げ お浸し わかめとじゃが芋の味噌汁 牛乳
		今日のお菓子は長野県でとれた洋梨です。オーロラという品種で、9月のこの時期だけ食べられるとても貴重な果物です。よく味わって食べてください。	秋分の日の前後3日間を彼岸と言い、お墓参りをしておはぎをお供えるのが風習です。給食ではきなこ味のおはぎを作ります。	鯖は秋から冬にかけてが旬の魚です。DHAという成分が多く、頭の働きをよくしてくれます。魚が苦手な人も挑戦してくださいね。
28(月)	29(火)	30(水)	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> </div>	
回鍋肉丼 白菜と卵のスープ 果物(りんご) 牛乳 <div style="text-align: right;"></div>	しめじご飯 赤魚の煮付け 白菜とキュウリの漬物 さつまい汁 牛乳	ビーンズミートピザ コーンといんげん豆のスープ 果物(柿) 牛乳 <div style="text-align: right;"></div>		
今日のお菓子は青森県でとれたりんごです。青森県はりんご王国と呼ばれるほどりんごがよくとれます。全国のおよそ60%が青森産と言われています。	さつまい汁は鹿児島県でよく食べられる味噌汁で、鶏肉とさつまい芋を使うのが特徴です。今日は旬のさつまい芋を使ったさつまい汁をいただきます。	今日のお菓子は和歌山県でとれた柿です。柿にはビタミンCが多く含まれていて、柿1つで1日分のビタミンCがとれます。		
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p>～ お知らせ ～</p> <ul style="list-style-type: none"> 港区の通知により、9月からは原則通常の学校給食とすることとなりました。赤坂小でも9月後半からは通常の給食献立とし、給食時間の感染症対策は引き続き行っていきます。(給食当番の白衣・帽子・マスク・手袋着用や体調チェック、手洗いの徹底など) 献立は食材入荷等の都合により変更になることがあります。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin-top: 10px;"> ☆ 9月給食目標 ☆ 「決められた時間で食べよう」 </div> </div> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;"> </div>				



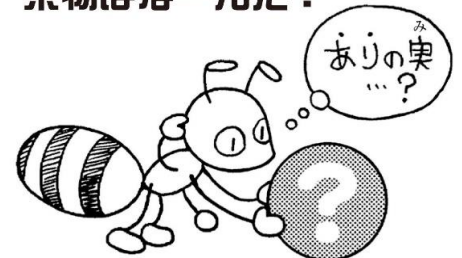
間違いを探せ!

この絵には食器や料理の並べ方で間違っているところがあります。いくつか間違っているのか答えて、正しい並べ方をかいてみましょう。



クイズ

Q. ありの実と呼ばれる果物はな—んだ?



答え: 梨 (Pear)