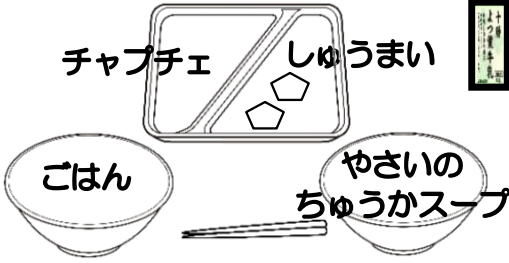
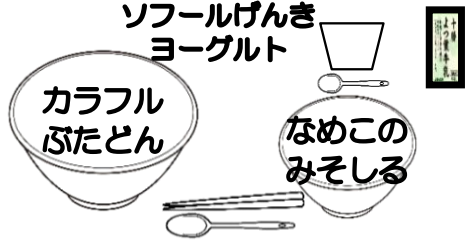
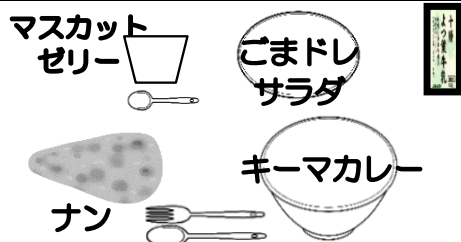


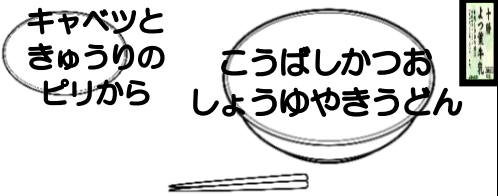
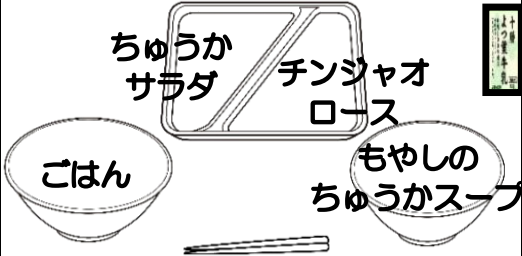


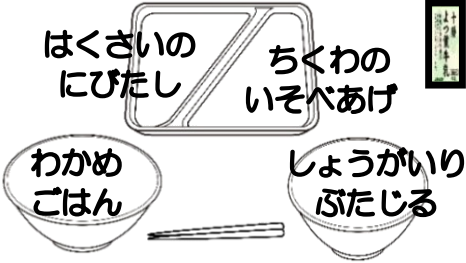
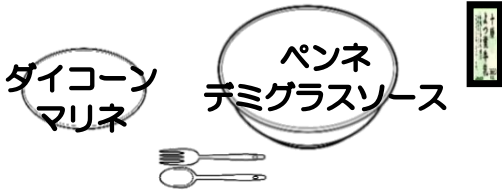
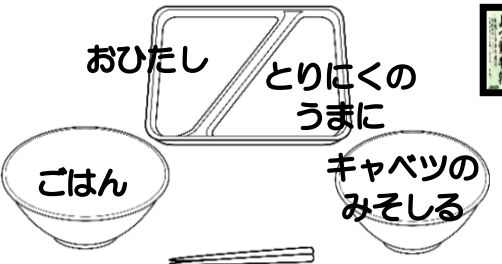
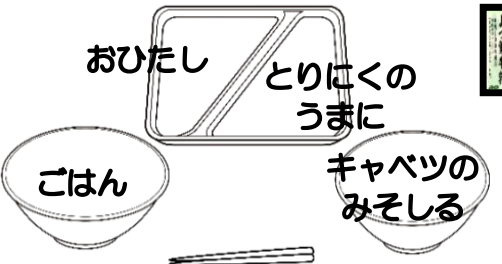
	献立名
27 日 (水)	オニオン ドレッシング ポークチャップ ベーコンと はくさいの スープ コッペパン
	コッペパン
	ベーコンとはくさいのスープ
	ポークチャップ
	オニオンドレッシングサラダ
28 日 (木)	トリプル きんぴら シークレット フィッシュ げんきめし えいようまんてん みそしる
	げんきめし
	えいようまんてんみそしる
	シークレットフィッシュ
	トリプルきんぴら
29 日 (金)	コールスロー チキンクリーム サラダ パンネ
	チキンクリームパンネ
	コールスローサラダ
	牛乳

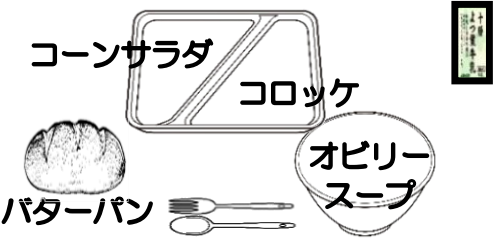
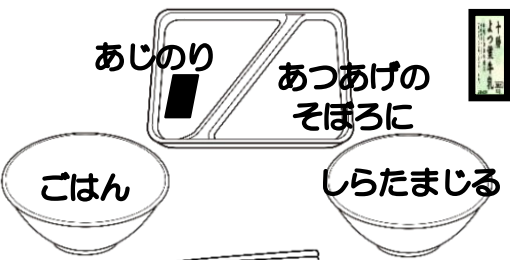
1 日 (月)		ごはん
		やさいのちゅうかスープ
		しゅうまい
		チャプチェ
		牛乳
2 日 (火)		カラフルぶたどん
		なめこのみそしる
		ソフールげんきヨーグルト
		牛乳
		☆今日の給食のかんそう☆
3 日 (水)		ナン
		チーズカレー
		ごまドレサラダ
		マスカットゼリー
		牛乳
3 日 (水)	☆クイズ☆ 今日の給食はパンではなく、ナンです。ナンはどこの国の料理でしょう？ ①インド ②アメリカ ③イギリス 答え：①のインド	☆今日の給食のかんそう☆

4 日 (木)	キャベツの うめあえ にくじゃが ごはん わかめの みそしる	ごはん
		わかめのみそしる
		にくじゃが
		キャベツのうめあえ
		牛乳
5 日 (金)	あまくておいしい だいがくいも うましょうゆ ラーメン	うましょうゆラーメン
		あまくておいしいだいがくいも
		牛乳
		☆今日の給食のかんそう☆
8 日 (月)	バンバンジー サラダ あまずだれ にくだんご ごはん しおワントン スープ	ごはん
		しおワントンスープ
		あまずだれにくだんご
		バンバンジーサラダ
		牛乳
8 日 (月)	バンバンジー サラダ あまずだれ にくだんご ごはん しおワントン スープ	☆クイズ☆
		☆今日の給食のかんそう☆

9 日 (火)	まめまめサラダ おびひろぎゅうトン すきやきどん だいこんの みそしる	トカプチの恵み～おびひろふるさと給食～ おびひろぎゅうトンすきやきどん だいこんのみそしる まめまめサラダ 牛乳	
	☆ひとこと☆	☆今日の給食のかんそう☆	
	きょうおびひろきゅうしよくおびひろ 今日は「帯広ふるさと給食」です。帯広でとれた食材は、豚肉、豊西牛、玉ねぎ、大豆、長ねぎ、大根です。帯広・十勝の恵に感謝を していただきます♪		
	10 日 (水)	キャベツと コーンのソテー しろみざかな フライ よこぎり ブランパン アルファベット スープ	よこぎりブランパン アルファベットスープ しろみざかなフライ～パックケチャップ～ キャベツとコーンのソテー 牛乳
		☆ひとこと☆	☆今日の給食のかんそう☆
きょうしろみざかな 今日の「白身魚フライ」は、ケチャップを かけて、キャベツとコーンのソテーと一緒に、 パンにはさんで食べるのがおすすめです。 おいしく食べてください！			
11 日 (木)		ちくわとれんこんの あまからいため やきつくね ごはん かしわじる	ごはん かしわじる やきつくね ちくわとれんこんのあまからいため 牛乳
		☆クイズ☆	☆今日の給食のかんそう☆
	かしわじるとりこ かしわ汁の「かしわ」とは鶏肉のことをいい ますが、次のうち、鶏肉をあらわすものは、 どれでしょうか。 ①ロース ②サーモン ③ササミ 答え：③のササミ		

12 日 (金)		こうばしかつおしょうゆやきうどん
		キャベツときゅうりのピリから
		牛乳
	☆ひとこと☆	☆今日の給食のかんそう☆
	みなさんは、朝ごはんを食べて学校に来ていますか？朝ごはんを食べると、体や頭（脳）にスイッチが入り、勉強に集中できたり、元気に活動することができるようになりますよ。朝ごはんを食べてから来るようにしましょう！	
16 日 (火)		ごはん
		もやしのちゅうかスープ
		チンジャオロース
		ちゅうかサラダ
		牛乳
	☆クイズ☆	☆今日の給食のかんそう☆
	今日のチンジャオロースには、ピーマンが入っていますが、緑のピーマンは、しばらく保存しておくで変身します。どんな風に変身するでしょう？ ①パプリカになる ②赤色に変わる ③そのままかわらない 答え：②の赤色に変わる	
17 日 (水)		おいしさまんてん！ブランパン
		オニオンエキス
		うまうまバジルチキン
		うまみあふれるやさいサラダ
		牛乳
	☆ひとこと☆	☆今日の給食のかんそう☆
	今月の食育目標は「食品のグループについて知ろう」です。食べ物は、黄、赤、緑の3つのグループにわけることができ、3つのグループをバランスよくたべることで、健康にすごすことが、できます。バランスは、なにごとにも大切ですね。	

18 日 (木)		わかめごはん
		しょうがいりぶたじる
		ちくわのいそべあげ
		はくさいのにびたし
		牛乳
19 日 (金)		パンネデミグラスソース
		ダイコンマリネ
		牛乳
		☆今日の給食のかんそう☆
22 日 (月)		ごはん
		キャベツのみそしる
		とりにくのうまに
		おひたし
		牛乳
22 日 (月)		☆今日の給食のかんそう☆

24 日 (水)		バターパン
		オビリースープ
		クロック
		コーンサラダ
		牛乳
25 日 (木)		☆クイズ☆
		☆今日の給食のかんそう☆
26 日 (金)		かまあげスパゲティトマトソース
		すりおろしやさいドレッシングサラダ
		牛乳
		☆クイズ☆
		☆今日の給食のかんそう☆

いま しゅん
今が旬の、とうもろこしを、いちばんおいしく食
べるためのタイミングはいつでしょう？
①収穫してすぐ ②収穫して2日後
③収穫して1週間後
答え：①の収穫してすぐ

あつあ だいず
厚揚げは大豆から、できていますが、厚揚げ
におお えいよう
に多い栄養はどれでしょう？
①エネルギーになる栄養
②体をつくる栄養
③体の調子を整える栄養
答え：②の体をつくる栄養

つか
トマトソースに使っているトマトの、おいし
い見分け方は次のうちどれでしょう？
①やわらかいトマト ②おもいトマト
③かるいトマト
答え：②の おもいトマト

29 日 (月)	とりにくと だいこんの にもの ホッケ わふうフライ ごはん いもだんごじる	ごはん
		いもだんごじる
		ホッケわふうフライ
		とりにくとだいこんのにもの
		牛乳
30 日 (火)	フルーツ しろまる チキンカレーと ライスのであい	☆クイズ☆
		☆今日の給食のかんそう☆
		今日は和食の給食で、「いも団子汁」の「だし」は昆布と鰹節です。「だし」の味が、わかるかな～。よく味わって食べてみてください。
		今日の「フルーツしろまる」に入っているナタデココは何からできているのでしょうか？ ①ココナッツミルク ②こんにゃく ③いか 答え：①のココナッツミルク
		チキンカレーとライスのであい フルーツしろまる 牛乳