



きゅうしょくだより



弘前城石垣修理中



弘前市立常盤野小中学校

月	火	水	木	金
<p>食べることは 命のバトンを 受け継ぐこと</p> <p>きみたちは、食べ物の命を食べることによって、命を受け継いでいるんだ。だから残さずに食べて、体も心もしっかり成長していこう！ 受け継いだ命を大切にすることもきみたちの役割なんだよ。</p>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん きんしたまご 錦糸玉子 のり ツナマヨ ブロッコリーの辛子和え こまつな 小松菜のすまし汁 	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> 塩ラーメン こめこ 米粉ギョウザ いんげんの中華サラダ ぎゅうにゅう 牛乳 <p>米粉ギョウザは1人3個です</p>	<p>3</p> <p>文化の日</p>	
				<p>6</p> <p>振替休日</p>
<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん だけきみオムレツ ほうれん草ソテー オニオンスープ ぎゅうにゅう 牛乳 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん てや 照り焼きチキン もやしと菊の和え物 かぶのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳 <p>ふるさと産品給食の日</p>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん いわしの梅煮 キャベツのごま和え いんげんのみそ汁 りんごジュース 	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> かき揚げうどん こまつな 小松菜の酢みそ和え ぎゅうにゅう 牛乳 りんご 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> りんごカレー ツナともやしのサラダ ふくじんづ 福神漬け ぎゅうにゅう 牛乳
<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん げん あ 源たれ揚げ もやしのごま酢和え こまつな 小松菜のみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳 <p>源たれ揚げは1人2個です</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん りんご りんごシュウマイ あつあ 厚揚げの回鍋肉 ちゅうか 中華スープ ぎゅうにゅう 牛乳 <p>りんごシュウマイは1人3個です</p>	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん とうふ 豆腐ハンバーグ いそか あ 磯香和え もやしのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳 	<p>23</p> <p>勤労感謝の日</p>	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> ゆかりごはん あつやきたまご 厚焼玉子 だいこん ぶたにく にも 大根と豚肉の煮物 とうふ 豆腐のみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳
<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん ぶたにく 豚肉のしょうが焼き キャベツとツナのレモン和え とろろ昆布のすまし汁 ぎゅうにゅう 牛乳 	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん クリコロッケ だいこんサラダ つみれスープ ぎゅうにゅう 牛乳 ゆき 雪にんじんデザート 	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん さばみそ煮 おかか和え こんさい 根菜のみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳 	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> 焼きそば きくらげのサラダ ぎゅうにゅう 牛乳 たまごスープ 	

材料の都合により、献立の変更があるかもしれませんがご了承下さい。

◆は栄養士訪問予定日です。

♥♥♥♥♥♥♥♥ 地場産物を食べよう ♥♥♥♥♥♥♥♥



みなさんの地域では、どのような農作物が作られていますか？自分の住む地域でつくられる地場産物を知り、生産者の人の努力を身近に感じてみましょう。また、ぜひ各家庭の食卓にも積極的に取り入れていきましょう。

『ふるさと産品給食の日』には、地産地消を行い、県内の食材について知ってもらいたいという願いがこめられています。本校では14日を『ふるさと産品給食の日』としました。この日の献立には、県産の食材が多数使用されています。

