

3がつ よていにこんだてひょう(A)

日	こんだてめい 献立名	あか なか ま 赤の仲間 からだ 体をつくるもとになる	みどり なか ま 緑の仲間 からだ ちょう し とどの 体の調子を整える	き なか ま 黄の仲間 エネルギーのもとになる	その他
4 火 	ごはん ぶたにくのごまに かいそうサラダ	ぶたにく ちくわ ひじき くきわかめ ツナ	たまねぎ にんじん さやいんげん きゅうり にんじん コーン	こめ じゃがいも しろいりごま さんおんとう なたねあぶら しろすりごま じょうはくどう なたねあぶら	こいくちしょうゆ けずりぶし うすくちしょうゆ さけ こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ こめず からしこ
6 木	コッペパン チキンとポテトの ハーブいため レンズまめのスープ	とりにく ベーコン レンズまめ	たまねぎ にんじん にんにく パセリ たまねぎ にんじん セロリ にんにく	コッペパン じゃがいも オリーブオイル じゃがいも	しお こしょう オールスパイス バジル しろワイン チキンブイヨン うすくちしょうゆ しお こしょう パプリカ
7 金	ごはん とりとレバーの レモンチリソース チンゲンサイのスープ	とりレバー とりにく ぶたにく	しょうが にんにく チンゲンサイ えのきだけ たまねぎ にんじん りょうとうもやし しょうが	こめ かたくりご なたねあぶら さんおんとう	しお こしょう さけ トマトケチャップ こいくちしょうゆ レモンかじゅう トウバンジャン チキンブイヨン うすくちしょうゆ しお こしょう さけ
11 火 ぞつえん いわ 卒園お祝い こんだて 献立	ごはん ★ばるのしんぶたじゃが ★さっぱり やみつきキャベツ おいおいグレーブ	ぶたにく さつまあげ 	たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ にんじん  	こめ じゃがいも ごんにゃく さんおんとう なたねあぶら じょうはくどう ごまあぶら	こいくちしょうゆ さけ みりん うすくちしょうゆ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ こめず しお
				グレーブ	

しろやまだいしょうがっこうねんせい えいよう
★城山台小学校6年生が栄養バランスや旬の食材、地産地消などを考えて立てた献立です。

- ※ 材料の都合で食材を変更することがあります。
- ※ 食材の産地は、木津川市のホームページに掲載しています。
- ※ 食材の産地は、当日の状況により変更になる場合があります。
- ※ マヨネーズ・ドレッシングは卵不使用のものを使用しています。

きげつしゅうよていにきつがわしちやのしょくざい
今月使用予定の木津川市産の食材です。

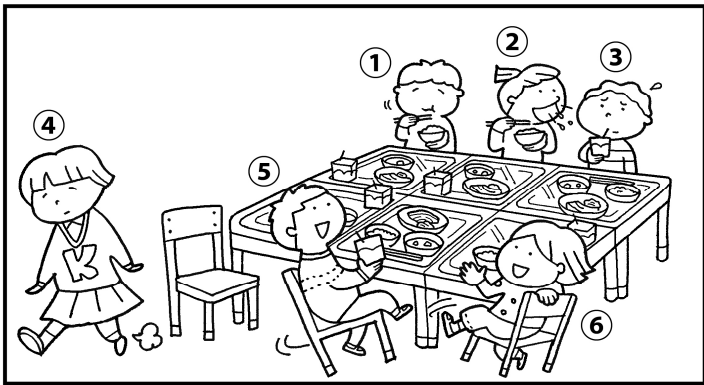
○こめ ○チンゲンサイ



きゅうしょく じ かん
給食の時間をふりかえりましょう

マナー違反は だーれだ

みぎ え なか
右の絵の中にマナー違反をし
ている人が4人います。だれが
どんなマナー違反をしているの
かを考えてみましょう。



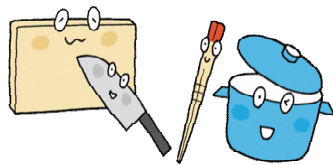
答え

- ②、④、
⑤、⑥
- ②は口の中に食べ物が入ったまま話をしています。中の食べ物が見えたり飛
んだりしています。④は食事中に立ち歩いています。周りの人が落ち着かな
くなります。⑤、⑥はいすを揺らしています。後ろに倒れると危険です。

ここちあ ひと きも た じぶん こうどう みなお
心当たりのある人はいませんか？みんなが気持ちよく食べることができるよう、自分の行動を見直してみましょう。

～ 給食レシピ ～ ホームページにて公開中！

こんねんど きゅうしょく けいさい
今年度から給食だよりに掲載しているレシピを、ホームページにて公開することになりました。
きづがわし ほか どう こうかい
木津川市のホームページではこの他にも、リクエストによるレシピ等も公開しています。ぜひ
うち こん だて つく やく だ
お家での献立作りにお役立てください。



↑レシピはこちらから