



※給食中止のお知らせ……5日（火）中学校 「弁当の日」のため

# 感謝して食べましょう

毎日の給食はたくさんの人たちの手によって作られています。どんな人たちがかわっているかな？

残さず食べること、好ききらいしないこと、食器をていねいにあつかうことも給食を作ってくれる人たちに感謝することになります。まわりの人に対する思いやりの心を大事にして感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。

また、「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつも忘れずにしましょう。



## ～ 今月の注目メニュー ～

- ☆かみかみデー（8日）…8日の「いい歯の日」にちなんで、かみごたえのある「いかのさらさ揚げ」と食物繊維たっぷりの根菜を使った「根菜汁」の登場です！よくかんでいただきましょう。
- ☆地場産物の日（8日）…秋の味覚の代表、柿。綾川町は県内でも柿の産地として有名です。今月は、甘味が強く、果肉がやわらかい「富有柿」が登場します。
- ☆食育の日（19日）…香川県の郷土料理「小あじの南蛮漬け」と「しょうゆ豆」が登場します。また、香川県で生まれた野菜「食べて菜」を和え物にしました！
- ☆和食の日（21日）…24日の「和食の日」にちなんで和食献立にしました。和食を食べながら、日本の食文化を見直しましょう！
- ☆ハッピーバースデー給食（22日）…11月生まれのみなさん、お誕生日おめでとうございます！今月のデザートはココアワッフルです♪

献立は、材料の都合により変更することがあります。

日	曜日	主食	牛乳	おかず
1	金	中華風炊き込みご飯	○	バンサンスー コーンスープ ミニトマト
5	火	麦入りごはん	○	じゃがいものそぼろ煮 ほうれん草とたくあんのごま和え のり佃煮 みかん
6	水	小型コッペパン	○	海の幸チャウダー 小煮干とコーンのフリッター ヨーグルト
7	木	発芽玄米入りごはん	○	はまちの照り焼き1 小松菜の甘酢あえ かき玉汁
8	金	あいがも米ごはん	○	いかのさらさあげ1 おかか和え 根菜汁
11	月	全粒粉パン	○	チリコンカーン きのこと卵のソテー りんご
12	火	そぼろごはん	○	小えびのからあげ ごま和え もずくのみそ汁1
13	水	米粉パン	○	さつまいもシチュー アーモンドサラダ キウイの卵
14	木	麦入りごはん	○	さばのゆずみそかけ いそか和え 大豆の五目煮
15	金	麦入りごはん	○	煮こみおでん 野菜のごま酢和え1 あさりのつくだ煮 みかん
18	月	ねぎ丼	○	すみそ和え アーモンド小煮干し
19	火	麦入りごはん	○	小あじの南蛮漬け2 食べて菜とわかめの和え物 じゃがいものみそ汁 しょうゆ豆
20	水	コッペパン	○	豆腐グラタン 海藻サラダ1 キャベツとベーコンのスープ
21	木	ふきよせごはん	○	焼きししゃも 切り干し大根の酢の物 すまし汁
22	金	ビビンバ	○	トック入りわかめスープ ココアワッフル
25	月	きなこあげパン	○	コールスローサラダ ミネストローネ
26	火	麦入りごはん	○	魚の有馬焼き 炒めなます とうふのみそ汁
27	水	黒糖パン	○	ほうれん草とベーコンのキッシュ 五色サラダ コンソメスープ2
28	木	おいでまいごはん	○	筑前煮 ツナとキャベツのからし和え バナナ ふりかけ
29	金	ポークハヤシライス	○	野菜サラダ2 キウイ