

食育だより

令和7年11月4日

No.7

～11月号～ 東曽野木小学校

毎月19日は
食育の日

あき ふか 秋が深まりました。こんげつ にち きんろうかんしゃ ひ 今月23日は「勤労感謝の日」です。きゅうしよく のうぎよう ぎょうぎよう ちくさんぎよう 給食は農業・漁業・畜産業 などに ひと はいそう 関わっている人、ひと 配送してくれる人、そして まいにちこころ 毎日心をこめて ちょうり 調理してくれる ちょうりいん 調理員 さんなど、ひと いろいろな人たちの ひと おかげでできあがっています。こうした人たちへの かんしゃ 感謝の き 気 も 持 わす ちを忘れないようにしましょう。

●こんげつのめあて●

しょくじ
食事のあいさつをきちんとしよう



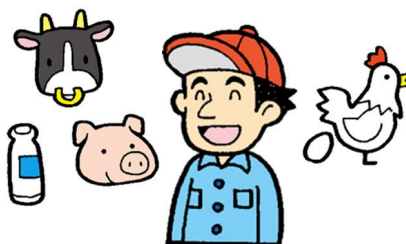
あいさつで感謝の気持ちを伝えましょう。



やさい
野菜をつくる「農家さん」



りよう
漁をする「漁師さん」



ちくさんぶつ
畜産物を育てる「畜産農家さん」



こんだて
献立をつくる「栄養教諭」

きゅうしよく
給食にはこんな人たちが
かかわっています。



きゅうしよく
給食をつくる「調理員さん」

かんしゃ
感謝の気持ちを忘れずに！

げんき
元気な声で「いただきます」と

「ごちそうさま」の こえ 声を届けましょう！



●11月はイベント盛りだくさん!!!

●11/4(火)~11/7(金)「かみかみ給食」

4日(火)	ごもくごはん	6日(木)	ごはん
	わかめのみそしる		もずくのスープ
	こいわしのフライ		ぶたにくとれんこんのくろずいため
	ごまいりかきあえなます		はくさいづけ
5日(水)	ぎゅうにゅう	7日(金)	かんぞうフルン
	ごはん		ぎゅうにゅう
	きんぴらどん		じゃがいものそぼろに
	にらたまスープ		アーモンドいちぢりめんじゃこのつくだに
	ぶどうゼリー		ふうみづけ
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう

ふとじ
太字がかみかみ
メニューです!



●11/13(木)、14(金)「キラッと新潟米☆地場もん献立」

☆白身魚の梨ソースかけの「梨ソース」をご紹介します!

【材料】

- ・日本梨 25g
- ・砂糖 14g
- ・酢 14g
- ・たまねぎ 12g
- ・しょうゆ 14g
- ・酒 8g

【作り方】

- ①梨とたまねぎを粗みじん切りにする。
- ②①と調味料を合わせ、煮立たせて完成。



つく
作りやすい分量で、
ぜひお試しください。

●11/18(火)~11/21(金)「図書館コラボメニュー」



←18日
「ポテトコロッケ」



19日→
「ビビンバどん」



←20日
「スイートポテト」



21日→
「りっちゃんのげんきサラダ」

どくしょじゅんかん あ
読書旬間と合わせた
としょかん
図書館コラボです!

