

SCHOOL LUNCH WARABI

11月

和良比小の給食をご紹介します！

11月1日（火）



カレーうどん
牛乳
ごぼうメンチカツ
鶏ささみと野菜のゆかり和え
ぐりとぐらの米粉のカステラ

11月2日（水）



ごはん
牛乳
鱈の西京焼き
青菜のごまマヨネーズ和え
すいとん汁
オレンジ

11月4日（金）



セルフバーガー
（丸パン・手作りハンバーグ）
牛乳
小松菜のカリカリサラダ
ABC スープ
りんご

11月7日（月）



ビビンバ
（ごはん）
牛乳
中華たまごスープ
野菜チップス

11月8日（火）



ごはん
牛乳
筑前煮
かみかみ和え
ミルク大学芋

11月9日（水）



むぎごはん
牛乳
ポークカレー
ごまじゃこサラダ
オレンジ

11月10日（木）



オレンジ
フレンチトースト
牛乳
チリコンカン
鉄貯金サラダ

11月11日（金）



ごはん
牛乳
さめの竜田揚げ
ほうれん草の納豆和え
豆腐となめこの味噌汁
みかん

11月8日は『いい歯の日』

11(いい)月 8(は)日の語呂合わせからできた記念日です。食事をおいしく食べるためには、歯の健康はとても大切です。歯で食べ物をしっかりかむことができないと、食べ物の栄養が体にしっかり吸収されません。歯の健康を守るためには、虫歯にならないことが大切です。

虫歯予防の大原則として、歯に食べ物のかすや甘い砂糖水を残さないことです。食後の歯みがきを習慣にしましょう。また、おやつをだらだら食べるのもよくありません。おやつは時間と量を決めて食べましょう。

11月15日（火）



ごはん
牛乳
豚肉の生姜焼き
白菜と豚肉の味噌汁
柿

11月16日（水）



からっごごはん
牛乳
生揚げの中華煮
サイダーポンチ

11月17日（木）



ごはん
牛乳
鰯のさんが焼き
のっぺい汁
りんご

11月18日（金）



きなこ揚げパン
牛乳
肉団子スープ
ポテトサラダ

11月21日（月）



プルコギ丼
（ごはん）
牛乳
揚げぎょうざ
若布スープ

11月22日（火）



★四街道中学校区統一献立★
ごはん
牛乳
鶏つくねのたれ焼き
磯香和え
さつま芋の豚汁
お米のムース

11月24日（木）



ごはん
牛乳
いかの磯部揚げ
芋煮
ひじきのカラフル和え

11月25日（金）



食パン
いちごジャム
牛乳
森のきのこシチュー
レモン風味和え
青りんごゼリー

11月28日（月）



醤油ラーメン
（中華麺）
牛乳
レバーとポテトのケチャップ和え
麩ラスク

11月29日（火）



ごはん
牛乳
鯖の味噌煮
けんちん汁
おからチョコケーキ

11月30日（水）



ごはん
牛乳
鶏ささみのレモン醤油揚げ
ポパイサラダ
根菜のごま汁
みかん

11月14日 「弁当の日」の様子

11月14日は「弁当の日」でした。これまでに給食で「セルフおにぎり」3回、「セルフサンドイッチ」2回の計5回のお弁当の日の練習をしました。また、11月の給食だより・臨時号では、学年に合わせた取り組みをする中で、「おにぎり弁当」を提案させていただきました。

当日、各クラスの様子を廊下から見させていただきました。給食と違い、配膳する時間がないので、多くの児童が食べている最中でした。どの児童もととてもおいしそうに食べていました。

見るとおにぎりの児童がととても多く、提案に参加してくれて、とてもうれしかったです。次回は2月13日（月）です。

それぞれの児童がステップアップした弁当を持ってきてくれることを楽しみにしています。