

11がつのきゅうしょく

「ありがとう」のきもちで
たべよう

目標

「いただきます」「ごちそうさま」をしっかりと

福井県立福井南特別支援学校

うららは使用食品一覧表です

★印は、よくかんで食べたい「かみかみメニュー」です。よくかんで、味わって食べましょう。

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
2 《アイアンメニュー》 ・ごはん ・ぎゅうにゅう ・ぶたじる ★あげぎょうざ ・やさいのごまあえ ・なっとう	食中毒を予防しよう！ 寒くなると水も冷たくなりますが、食中毒を予防するためにも、食事の前は必ず石けんできれいに手を洗いましょう！ もちろん、エプロン・三角巾・マスクで、身支度を整えてから給食の準備をしましょう。	4 ・ごはん ・ぎゅうにゅう ・とうふのすましじる ★さばのみぞれに ・とりにくとひじきのいために ・あじつけのり	5 ・コッペパン ・ぎゅうにゅう ・りんごジャム ・うちまめいりコーンポタージュ ★チキンカツ ・レモンゼリー	6 《歯ッピーメニュー》 ・わかめいり さつまいもごはん ・ぎゅうにゅう ・ぐだくさんじる ★ブリのカレーフライ ・こまつなとだいずもやしのおひたし
9 《げんえん給食》 ・ごはん ・ぎゅうにゅう ★にくやさしいため ・あつやきたまご ・おとうふ	10 ・コッペパン ・ぎゅうにゅう ・チョコクリーム ・うちまめとやさいのスープ ★トビウオのフライ ・らっきょタルタルソース	11 ・スープスパゲティ ・ぎゅうにゅう ★てりやきチキンハンバーグ ・ブロッコリーと コーンのサラダ ・ミルメーク	12 ・ツナチャーハン ・ぎゅうにゅう ★にくだんごのスープ ・ヨーグルト	13 ・キーマカレーライス ・ぎゅうにゅう ★うらのドレッシング サラダ
16 ・ごはん ・ぎゅうにゅう ・さつあげのすましじる ★よしかわなすいりみそメンチカツ ・ハムとやさいのポンずあえ ・ふりかけ	17 ・コッペパン ・ぎゅうにゅう ・マーマレード ★シラのフライ ・トマトビーンズ ・ミルメーク	18 ・スパゲティミートソース ・ぎゅうにゅう ・さつまいもサラダ ・さつまいもタルト	19 ・ごはん ・ぎゅうにゅう ・たまごスープ ★さばミンチのフライ ★きりぼしだいこんのナムル ・ふりかけ	20 《ふるさと福井メニュー》 ・うめごはん ・ぎゅうにゅう ★がんもどきと さといものものに ・やさいのおひたし ・きなこプリン
ふつか こんだて てつ おお しょくひん はん 2日の献立で鉄が多い食品は、ご飯と、豚汁の「みそ」と、ごまあえの「小松菜」 「枝豆」と、納豆です。 きゅうしょく た ごこ げんき 給食を食べて、午後からも元気に かっとう 活動しましょう！	24 《和食の日給食》 ・ごはん ・ぎゅうにゅう ・さつまいものすましじる ★イワシのばいにくに ★きりぼしだいこんに ・なっとう	25 ・コッペパン ・ぎゅうにゅう ・いちごジャム ・チキンクリームシチュ・ ★こしのルビードレッシング サラダ	26 ・ごはん ・ぎゅうにゅう ★おでんふうにも ★たまごいり わかめのすのもの ・ヤクルトマスカットあじ	27 ・ハヤシライス ・ぎゅうにゅう ・フルーツの ヨーグルトあえ
30 ・ごはん ・ぎゅうにゅう ★ぶたやさいのみそふうみ ・あつやきたまご ・しそひじき	むいか こんだて おお しょくひん 6日の献立でカルシウムが多い食品は、貝だくさん汁の「厚揚げ」と、おひたしの「小松菜」と、牛乳です。 プリのカレーフライは、福井県産のプリです。 がつ ようか にちようび は ひ しょく 11月8日の日曜日は、「いい歯の日」です。食事は、よくかんで食べて、歯と歯茎を強くしよう！	がつ にち 11月24日は、「いいにほんしょくの ひ」で、 わしょく ひ 「和食の日」になります。 そこで、にち きゅうしょく いちじゅうさんさい そこで、24日の給食は、「一汁三菜」の わしょく こんだて するもの けず ぶし 和食献立です。汁物は、削り節でだしをとった じる あじ すまし汁です。味わっていただきましょう。	～いつも ありがとう！～ がつ がつ こうようび 11月、12月の高等部さんからのプレゼントは、 かぶ、だいこん、ねぎ です。 あたの しょうもの にももの つか あたの汁物や煮物などに使います。 たの お楽しみに♪	がつ ふくいけんさん しんまい とど 11月に福井県産の新米が届きます。10月に とど こめ つか れいわ かん ふくい 届けられたお米を使ってから、令和8年に福井 けん しゅうかく とくべつさいばいまい 県で収穫された特別栽培米の「いちほまれ」に なります。いつから新米になるでしょうか？見た め あじ ちが わ ひと 目や味に違いがあるでしょうか？分かった人は、 ちゅうりいん 調理員さんに聞いてみましょう！

※こんだてはつごうによりへんこうすることがあります。

◇◇◇ 高等部保健委員会オリジナル給食 食育チャレンジ結果発表！ ◇◇◇

10月2日の給食は、保健委員会で考えたメニュー「夢のぜいたく 甘口風味な 肉肉カレー」「とてもおいしい！ ハッピーマックス マカロニサラダ」でした。高等部では、オリジナルメニューの感想を食育チャレンジに書きました。チャレンジには、見た印象や味の感想が一生懸命に書かれていました。保健委員がうれしかった感想を、給食時間の放送で発表しました。カレーライスの評価は、また食べたい51名、食べたくない1名、その他1名でした。来年度も、お楽しみに！

～～ 福井の食べ物を見つけよう！ ～～

11月20日の給食は、「ふるさと福井メニュー」です。福井県産がいっぱいの給食です。

掲示物を見て、給食を食べて、地場産物クイズに答えて、福井の食べ物を見つけましょう！