給食ぱくぱくメモ

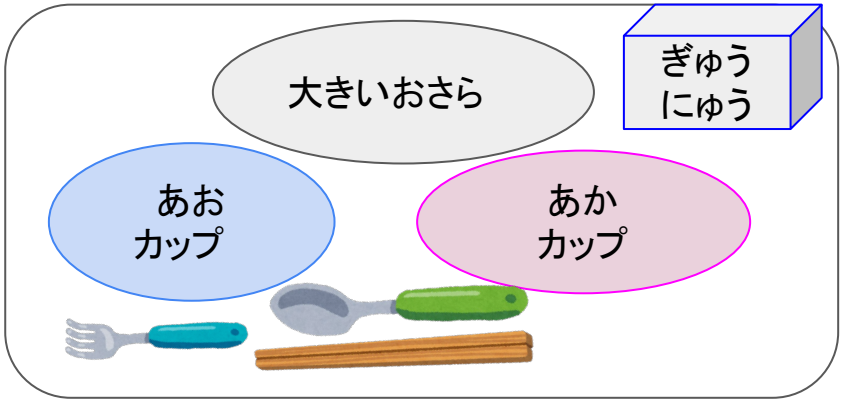
給食の時間になったら、係の人が、こちらのスライドを画面にうつしてください。
11月1日～30日の内容です。
①表示→スライドショー→矢印でその日の内容を表示する
※本スライドは当日午前中まで内容を更新します。

各ページに添付してある動画は
再生をクリックすると、各クラスで再生できます。関連ホームページをのURLも同様です。
ぜひ見てくださいね！

児童のみなさんへ
次の内容をかくにんしてから
給食をくばりましょう。

給食時間中は、
がめんにうつしておいてください。
①こんだて
②使うおさら
③メモ

基本（きほん）のおきかた



１１がつ２にち（月ようび）

給食ぱくぱくメモ

たらの
チリソースかけ



ひじき
チャーハン

だいこんと
とうふのスープ



今月のお米　山形 はえぬき

＜今月のねらい＞

きゅうしょくじかんに
ふさわしいかいわをする。
しょくじににかかわる
すべての人にかんしゃする。

今日のひじきチャーハンの「たまご」は
さがみはら市で取れたものです。



11がつ4にち（水ようび）

給食ぱくぱくメモ



きざみのり



しろいんげんまめの
わふうケーキ



きのこ
スパゲッティ

はくさいとハム
のソテー



きのこのスパゲティには
まいたけ、しいたけ、
エリンギ、マッシュルーム が
入っています。
きのこには**ビタミンD**がおおく
入っています。はねやはをじょう
ぶにするカルシウムをたすけてく
れます。





11がつ5にち（木ようび）

給食ぱくぱくメモ



ごじるってなに？

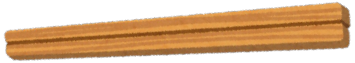
ごじるの「ご」はだいず！
だいずがはいったみそしるのことで、『みやぎけん』のきょうどりょうりです。

ししゃもの
いそべあげ



ごはん

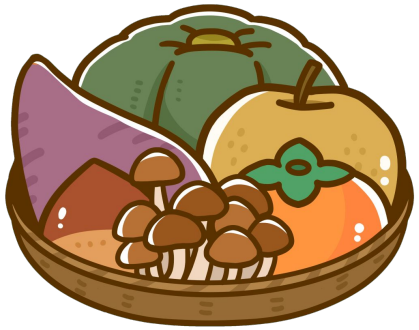
ごじる





ごまふりかけを
かけます

今日のごじるの「さといも」
「ながねぎ」「ごぼう」は
さがみはら市で取れたものです。



11がつ6にち（金ようび）

給食ぱくぱくメモ







りんご
ジャム

ツナオムレツ

コッペパン

はくさい
スープ





今日のツナオムレツの「たまご」
はくさいスープの「しいたけ」は
さがみはら市で取れたものです。

給食委員会からのお願い

きゅうしょくはできるだけ
のこさずたべましょう。

きゅうしょくいいんが
しょっかんをはこぶとき、
おもいととてもたいへんです。
のこさずたべてくれると
かるくなってはこびやすいです。
みんながたくさんたべて
くれるとうれしいです



11がつ9にち（月ようび）

給食ぱくぱくメモ

こまつなと
じゃこの
いために



さんしょく
そぼろどん

けんちんじる



「けんちんじる」の
「けんちん」って？

かまくらにある「建長寺（けんちょうじ）」というゆうめいなおてらのおぼうさんがつくっていた「建長寺汁（けんちょうじる）」が、いつの間にか「けんちんじる」と
よばれるようになったよ



今日のさんしょくそぼろどんの「たまご」は
さがみはら市で取れたものです。

11がつ10にち（火ようび）

給食ぱくぱくメモ

ブロッコリーの
ドレッシングあえ



アーモンド
トースト

やさいばたけの
スープ





給食委員会からのお願い

ワゴンのぼうをわすれずに。

ワゴンのぼうはわすれがちです。
つけたのをかくにんしてから
もってきてね！



11がつ11にち（水ようび）
給食ぱくぱくメモ



あんにんどうふ



まーぼー
もやし

ごはん

うずらたまごの
ちゅうかスープ



あんにんどうふ クイズ！

「あんにんどうふ」は
もともとなんのために
つくられたでしょう？

① くすり

② たんじょうびケーキ

③ にんじゃのごはん



今日のまーぼーもやしの「ながねぎ」は
さがみはら市で取れたものです。



11がつ12にち（木ようび）

給食ぱくぱくメモ

フレンチ
サラダ



ソフト
フランスパン

さといもの
みそクリーム
シチュー



さといものえいよう！

さといもは、**秋から冬** にかけて
おいしくなるやさいです。
ねっとり・もちもちした食感が
とくちょうですが、おなかのちょうしを
ととのえる「**しょくもつせんい** 」や、
からだのむくみをすっきりさせる
「**カリウム** 」がたっぷり含まれています！



今日のみそクリームシチューの「さといも」は
さがみはら市で取れたものです。

11がつ13にち（金ようび）

給食ぱくぱくメモ



みかん

だいずとホキのあまからあえ



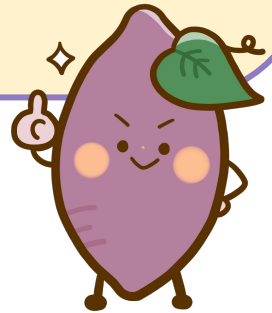
さがみなごはん

さつまいものみそしる



さつまいものえいよう

おいしいきせつは**秋**！
さつまいもは、げんきにうごくパワーになる「**たんすいかぶつ**」、おなかをすっきりととのえる「**しょくもつせんい**」が
たくさんはいってます！
さらに、かぜをよぼうする「**ビタミンC**」もはいってて、
かねつしてもえいようがこわれにくいです。





今日のさつまいものみそしるの「さつまいも」と「ながねぎ」は
さがみはら市で取れたものです。

11がつ16にち（月ようび）

給食ぱくぱくメモ



11/16～11/20は
さがみはら大好き給食週間です

UFOぎょうざ



わかめ
ごはん

ごもく
スープ



今日は
きゅうしょくいいんかいが
『**ワンスプーンうんどう**』の
ほうそうをします。
にがてなものでも
ひとくちたべてみましょう！



今日のわかめごはんの「こめ」は
さがみはら市で取れたものです。



11がつ17にち（火ようび）

給食ぱくぱくメモ



11/16～11/20は
さがみはら大好き給食週間です



みかん

いりだいこん



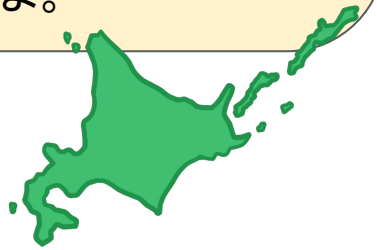
ごはん

いしかりじる



いしかりじるって？

「いしかりじる」は、
ほっかいどうのきょうどりょうりで
さけとたっぷりの**やさい**が入った
みそしるのことだよ！
いしかりがわという大きな川で
さけがたくさんとれたことから、
このなまえがついたよ。





今日のいしかりじるの「ながねぎ」は
さがみはら市で取れたものです。

11がつ18にち（水ようび）

給食ぱくぱくメモ



11/16～11/20は
さがみはら大好き給食週間です
ワンスプーン運動の放送日です



ゆずゼリー

ごぼうの
ソテー



ロールパン

ボルシチ



今日のボルシチの「ごぼう」は
さがみはら市で取れたものです。

ゆずのえいよう

おいしいきせつは**秋から冬**！
かぜをよぼうする「**ビタミンC**」や
つかれをとる「**クエンさん**」が
はいっています！『み』だけでなく、『かわ』にたくさんえいようが
はいっているのがとくちょうです。



11がつ19にち（木ようび）
給食ぱくぱくメモ

11/16～11/20は
さがみはら大好き給食週間です

9月の休校で出せなかった
カレーなんばんうどんです



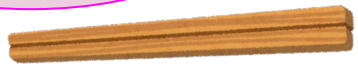


アーモンド

カレーなんばんう
どん

いしがき
だんご

めひかりの
からあげ



『**いしがきだんご**』は、
さがみはらに昔からつたわる
きょうどりょうりです！
ゴロゴロした**さつまいも**が
いしがきのようにみえることから、この
なまえがつきました。



いしがきだんご

カレーなんばんうどんの「ながねぎ」と
いしがきだんごの「さつまいも」は
さがみはら市で取れたものです。

11がつ20にち（金ようび）
給食ぱくぱくメモ



11/20はさがみはら大好き給食の日です
ワンスプーン運動の放送日です



みかん

さといもの
そぼろに



せきはん

かきたま
じる



11月20日は、わたしたちがすむ
さがみはらしが生まれたです。
『市制記念日
（しせいきねんび）』といいます。
今日はみんなでおいわいを
するために、とくべつな
『おせきはん』が登場です！



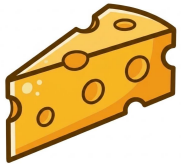
今日のせきはんの「こめ」と
さといものそぼろにの「さといも」と
かきたまじるの「たまご」は
さがみはら市で取れたものです。



11がつ24にち（火ようび）

給食ぱくぱくメモ





かたぬきチーズ

ぶりのてりやき



かてめし

わかめの
みそじる



今日のかてめしの「たまご」と「ごぼう」と
わかめのみそしるの「みそ」は
さがみはら市で取れたものです。

11月24日は「わしょくの日」！

「いいにほんしょく」という
ことばのごろあわせから、
日本のごはんのよさをみんなで たしかめる日になったんだよ。

今日のみそはさがみはらしの
つくいちいきでつくられた
『だいず』でつくったみそです。

11がつ25にち（水ようび）

給食ぱくぱくメモ

はくさいの
おかかあえ



ごはん

なまあげの
カレーに



しいたけのまめちしき！

しいたけは、たべまえに
たいようのひかりにあてると、
ほねをじょうぶにする
「ビタミンD」というえいよがぐーんと
ふえるよ！



今日のなまあげのカレーにの「しいたけ」はさがみはら市で取れたものです。

11がつ26にち（木ようび）

給食ぱくぱくメモ



キャベツと
ベーコンの
ソテー



コッペパン

ポーク
ビーンズ



【ブルーベリー のひみつ】

ブルーベリーのむらさきいろには
『**アントシアニン** 』というえいようが
たっぷりです！
目をげんきにしたり、あたまの はたらきをよくたすけてくれたりするパワーがあるんだよ！



今日の「ブルーベリージャム」は
さがみはら市で取れたものです。



11がつ27にち（金ようび）

給食ぱくぱくメモ



フルーツ
ポンチ



ツナピラフ

マカロニ
スープ

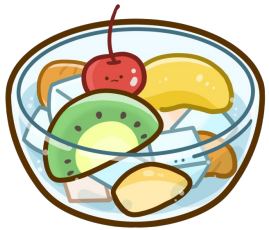


フルーツポンチのサイダーは先生が食缶に入れてください。
ふったり、おとしたりしないようにきをつけてはこんでね！

【マカロニクイズ！】

スープにはいっている
「マカロニ」は、せかいに
なんしゅるいくらいのかたちがある
でしょう？

① 10しゅるい
② 50しゅるい
③ 300しゅるいいじょう



11がつ30にち（月ようび）

給食ぱくぱくメモ



にびたし

さばの
かわりみそ



むぎごはん

さわにわん





今日のさわにわんの「ごぼう」は
さがみはら市で取れたものです。

11月の給食も今日で最後です！
今月のねらい

・きゅうしょくじかんに
　ふさわしいかいわをする。
・しょくじににかかわる
　すべての人にかんしゃする。

いしきできましたか？
これからもわすれずに
　おこなっていきましょう

