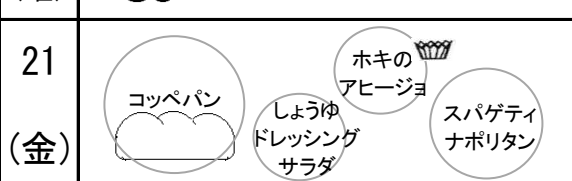
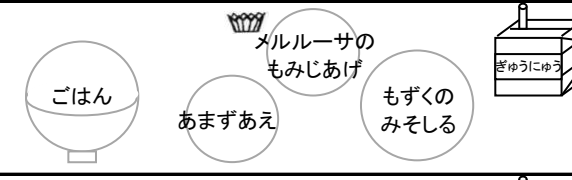
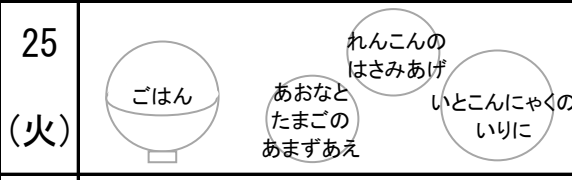
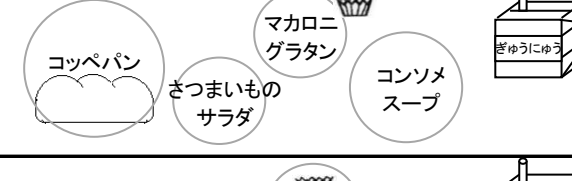
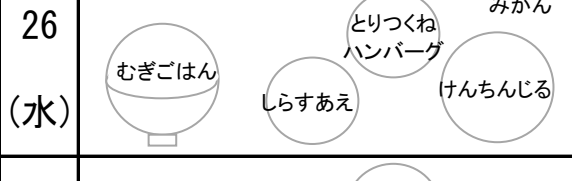
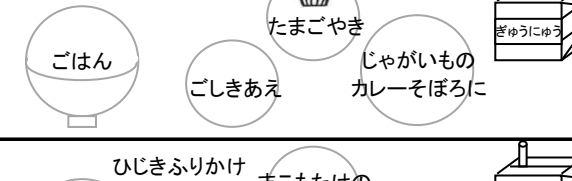
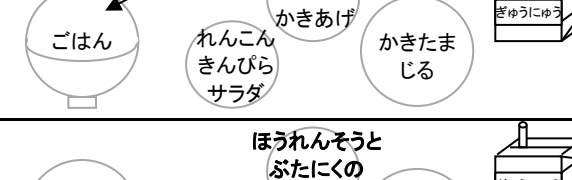
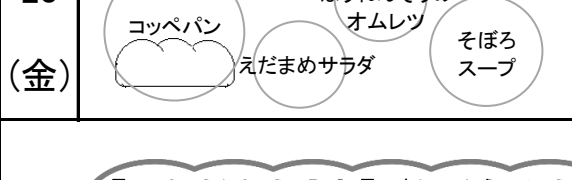
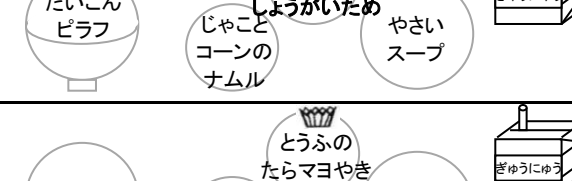
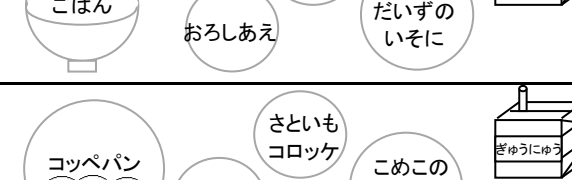
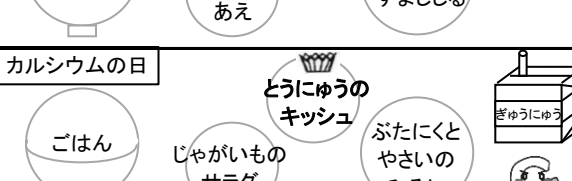
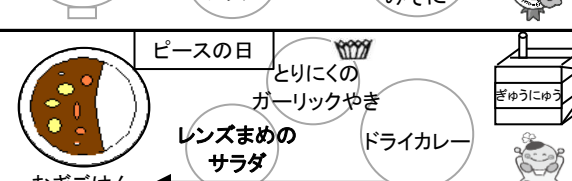
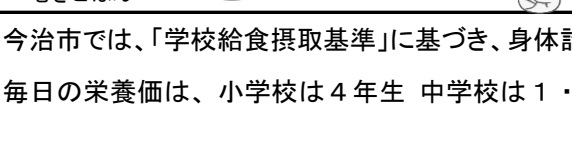


日 (曜)	こ ん だ て め い	あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	栄養価	日 (曜)	こ ん だ て め い	あ か い ろ	き い ろ	み ど り い ろ	栄養価
		ちやにくやほねに なるもの	はたらくちからや たいおんになるもの	からだのちょうしを ととのえるもの	上：小学生 下：中学生			ちやにくやほねに なるもの	はたらくちからや たいおんになるもの	からだのちょうしを ととのえるもの	上：小学生 下：中学生
5 (水)		ぎゅうにゅう とうふ・あぶらあげ すまぎ・ぶたにく とりひきにく たまご・みそ (こんぶ) (けずりぶし)	こめ・でんぶん さとう・さんおんとう ごまあぶら こめあぶら	こまつな・だいこん たまねぎ・にんじん ねぎ・はくさい ほししいたけ	653 757	21 (金)		ぎゅうにゅう わかめ・ホキ ウインナー	パン・スパゲティ じゃがいも・さとう オリーブオイル こめあぶら	キャベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし にんじん・パセリ ピーマン・しめじ にんにく	662 705
6 (木)		ぎゅうにゅう とうふ・もずく メルルーサ たまご みそ (にぼし)	こむぎこ・こめ こめこ・さとう ごま・こめあぶら	キャベツ・きゅうり こまつな・たまねぎ にんじん・ねぎ	633 760	25 (火)		ぎゅうにゅう こやどうふ ぶたひきにく とりひきにく たまご	こむぎこ・こめ さとう・さんおんとう こめあぶら	いとこんにやく えだまめ・ごぼう こまつな・たまねぎ にんじん・パセリ れんこん・ほししいたけ しょうが	676 781
7 (金)		ぎゅうにゅう えび・ぶたにく とりにく・チーズ	こむぎこ・パン マカロニ・さつまいも さとう オリーブオイル こめあぶら・バター	キャベツ・たまねぎ とうもろこし・にんじん パセリ・しめじ	633 723	26 (水)		ぎゅうにゅう とうふ・あぶらあげ ひじき・しらすぼし とりひきにく・たまご みそ・(こんぶ) (けずりぶし)	はだかむぎ・パンこ こめ・さといも でんぶん・さとう ごま・ごまあぶら こめあぶら	キャベツ・ごぼう こまつな・だいこん たまねぎ・にんじん ねぎ・みかん	628 732
10 (月)		ぎゅうにゅう ひじき かにかまぼこ ぶたにく とりひきにく たまご (けずりぶし)	こめ・じゃがいも さとう・さんおんとう ごま・こめあぶら	いとこんにやく えだまめ・キャベツ きゅうり・こまつな たまねぎ・とうもろこし にんじん・ねぎ ほししいたけ	626 732	27 (木)		ぎゅうにゅう あおのりこ わかめ・ししゃも たまご・にくだんご (こんぶ)	こむぎこ・こめ さとう・アーモンド こめあぶら	キャベツ・こまつな たまねぎ・にんじん ねぎ・はくさい パセリ・えのきだけ	651 797
11 (火)		ぎゅうにゅう ひじき・とりひきにく とりにく・たまご (けずりぶし)	こむぎこ・こめ こめこ・さつまいも じゃがいも・でんぶん さとう・さんおんとう ごま・こめあぶら	きゅうり・たまねぎ にんじん・ねぎ まこもたけ・れんこん えのきだけ	672 775	28 (金)		ぎゅうにゅう わかめ・ひじき ベーコン とりひきにく たまご (こんぶ)	パン・でんぶん マロニー・くろざとう さとう・さんおんとう ごま・アーモンド ごまあぶら・バター	えだまめ・キャベツ こまつな・たまねぎ とうもろこし・にんじん ほうれんそう	658 746
12 (水)		FC IMABARI	こめ・じゃがいも さんおんとう・ごま ごまあぶら こめあぶら・バター	キャベツ・きゅうり こまつな・だいこん たまねぎ・とうもろこし にんじん・パセリ ほうれんそう・もやし ほししいたけ・しょうが にんにく	638 748	「いただきます」「ごちそうさま」に込める感謝の気持ち 日本では、食事の前に「いただきます」、食べ終わったら「ごちそうさま」のあいさつをする習慣があります。それぞれ、どのような意味があるのでしょうか。 いただきます 「いただく（頂く／戴く）」は、 あたま 頭にのせるという意味があり、 みぶん たか ひと もの 身分の高い人から物をもろうさい 際、 ずじょう ささ けい い あらわ どうさ 頭上に捧げて敬意を表した動作に ちなむ言葉です。自然の恵み、 い もの いのち 生き物の命をもらうことへの感謝を あらわ 表します。 食べることは、いのちのいのちをいただき、いのちをつないでいくことです。また、 よくじ でき あ りょうり つく ひと のうさくもつ かちく そだ 食事が出来上がるまでに、料理を作る人をはじめ、農作物や家畜を育てる人、 さかな と ひと しょうさい はこ ひと はんばい 魚を取る人、食材を運ぶ人、販売する人など、たくさんの人が関わっていま す。感謝の気持ちを忘れずに、心を込めてあいさつし、食事を大切にいただき ましょう。 引用 学校給食 2024 10月号					
13 (木)			こめ・さとう さんおんとう こめあぶら マヨネーズ	こんにやく・さやいんげん きゅうり・ごぼう だいこん・たまねぎ にんじん・もやし れんこん・えのきだけ ほししいたけ	641						
14 (金)			こむぎこ・パン パンこ・こめこ さといも・じゃがいも マロニー・さとう ごま・ごまあぶら こめあぶら	キャベツ・きゅうり たまねぎ・にんじん もやし・しめじ	634 741						
17 (月)		ぎゅうにゅう あぶらあげ やきとうふ ぶたひきにく・たまご りひきにく・とりにく (こんぶ) (けずりぶし)	ふ・パンこ・こめ さといも・さとう ごま	えだまめ・キャベツ きゅうり・たまねぎ にんじん・ねぎ えのきだけ・ほししいたけ しょうが	657 724	「いただきます」「ごちそうさま」に込める感謝の気持ち 「ちそう（馳走）」は、 ようい 用意するために走り回ることを い み 意味しており、この食事が出来 あ 上がるまでに関わったひと の感謝の気持ちが込められて います。 引用 学校給食 2024 10月号					
19 (水)		ぎゅうにゅう あつあげ・とうにゅう まぐるあぶらづけ ぶたにく・ウインナー たまご・チーズ みそ	こめ・じゃがいも さとう・さんおんとう オリーブオイル こめあぶら	かぼちゃ・きゅうり ごぼう・だいこん たまねぎ・とうもろこし にんじん・あかピーマン ほうれんそう・レモン しょうが	696 798						
20 (木)		ぎゅうにゅう レンズまめ あいひきにく とりにく	むぎ・パンこ こめ・でんぶん さとう オリーブオイル こめあぶら・バター カレールウ	えだまめ・キャベツ きゅうり・たまねぎ とうもろこし・にんじん パセリ・レタス しょうが・にんにく	629 750						