



12月給食だより



令和6年11月29日 西目小学校
*献立は都合により変更する場合があります。

★150周年記念献立★
(給食委員会考案メニュー)

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
ごはん ポークシュウマイ ピリ辛もやし みそ汁・牛乳	ごはん いわしの生姜煮 おひたし 大根のそぼろ煮・牛乳	とんこつ風ラーメン ゆで野菜 サキホコレのムース 牛乳	キムチチャーハン 豆腐のスープ 牛乳	コッペパン ハーブチキン ミートソースペンネ ポテトスープ・牛乳
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
チキンカレー フルーツポンチ 牛乳	ごはん 県産さけフライ おかかあえ みそ汁 牛乳	みそラーメン たくあんあえ 牛乳	ビビンバ 中華風コーンスープ 牛乳	コッペパン (1~3年りんごパン) ハンバーグ 野菜ソテー ABCスープ・牛乳
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
ごはん 棒餃子 野菜のソース炒め 豆腐のトロみスープ 牛乳	肉どんぶり みそ汁 牛乳	あんかけうどん 厚揚げのみそ炒め 牛乳	ごはん さばの塩焼き ごま酢あえ みそ汁 牛乳	コッペパン (4~6年りんごパン) コロッケ 温野菜 ブラウンシチュー・牛乳
23日(月)	24日(火)	25日(水)		
そばろ井 みそ汁 牛乳	ごはん 信田煮 ひじきの炒め煮 みそ汁・牛乳	冬野菜カレー ゆで野菜 クリスマスカップケーキ 牛乳		

3年生のりんごパンをいただきます!

斎藤果樹園さんのご協力のもと、3年生がお世話をしてきたりんごが収穫されました。今年も、夏の暑さや大雨の影響などがあり、収穫量は少なめだったようですが、おいしいりんごになりました。

今年も、3年生が一生懸命にお世話したりんごを使って、コロニーのぱん工房さんに「りんごパン」を作ってもらえることになりました。給食用のりんごパンの中に入れる「りんごのコンポート」は、ポム・ド・テールの斎藤さんに煮ていただきます。

たくさんの方々にご協力いただいて作られるりんごパンを、感謝の気持ちで味わっていただきたいですね。

【りんごパンの予定】
1~3年生：12月13日
4~6年生：12月20日



残量調査を行いました

11月11日~15日に、栄養報告書の作成のため、残量調査を行いました。各学級に前日の残量のお知らせを配布し、担任を通じて子どもたちに紹介してもらいました。期間中は子どもたちが苦手な献立もありましたが、苦手な食べ物に挑戦する姿や、自分の分を完食して誇らしげな姿が見られました。全校の残量は1日あたり2.9kg(ひとりあたり約13g)となりました。

お米の食べ比べを行いました

11月18日~22日に、新米を使用して「お米の食べ比べ週間」を実施しました。いつも給食で食べている由利本荘市産「ひとめぼれ」、由利本荘市産「あきたこまち」、西目高校の「めんこいな」、5年生がお世話した「ひとめぼれ」、秋田県産「サキホコレ」の順に提供しました。銘柄による違いを探しながら、楽しんで食べてもらいました。

冬休みの食生活~10のポイント

寒い冬がやってきました。風邪、インフルエンザ、ノロウイルスなどが流行しやすい時期です。手洗いやうがいをしっかり行い、栄養や睡眠を十分にとって、感染症に負けない体づくりをしていきましょう。学校生活はもちろん、冬休みに入ってからのお家で生活の中でも、健康を守る食生活を送ることができると良いですね!

年末年始には、冬至、年越し、正月、小正月など色々な行事があります。行事食を作ったり食べたりして楽しむのも良いですね!

た (食) ベスぎに気を つけよう 	の (飲) み物は甘くない ものを選ぼう 	し しっかり手を洗って から食事をしよう 	い ち(1)日3食、 規則正しく食べよう 		
ふ ゆ(冬)が旬の 食べ物をとろう 	ゆ っくりよくかんで 食べよう がむがむ 	や さい(野菜)を たっぷり食べよう 	す すんで、おうちの人 のお手伝い をしよう 	み んなで食卓を囲む 機会をつくらう 	を (お) やつは時間と量 を決めてとろう

