

11月給食だより

令和8年10月30日 西目中学校

*献立は都合により変更する場合があります。

いただきます

自然の恵み、生き物の命をもらうことへの感謝を表すあいさつです。

命への感謝



ごちそうさまでした

食事が出来上がるまでに関わった人々への感謝を表すあいさつです。

人への感謝



お米クイズにチャレンジ！



11月24日(火)～27日(金)に、お米クイズをします！登場するお米は、「あきたこまち」「ひとめぼれ」「サキホコレ」「コシヒカリ」の4種類です。クイズの前には、それぞれのお米が2回ずつ給食に登場します。ごはんの色やつや、粒の大きさ、味や食感などをよく観察しながら、味わって食べてみましょう。どのお米も今年とれた新米です！クイズ当日は、その日の給食で使われたお米が4種類のうちどれかを、クラスでひとつ選んで答えてもらいます。見事、4日間すべて正解したクラスには… 🍷 1月の給食デザートのリクエストする権利 をプレゼント！選ばれたデザートは、全校で食べる予定です。ただし、全問正解のクラスがない場合は、デザートリクエストはありません。よく見て、よく味わって、全問正解を目指しましょう。

2日(月)お弁当の日	3日(火)文化の日	4日(水)	5日(木)	6日(金)お弁当の日
 今月の地場産物 米、豚肉、豆腐、大豆、さつまいも、じゃがいも、キャベツ、大根、ねぎ、しめじ、みそ など	五目うどん 大学ポテト 牛乳	キムチチャーハン わかめスープ 牛乳	少年式 	
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
ごはん (西目高校のひとめぼれ) 和風コロッケ ツナあえ ほうれん草のみそ汁 牛乳	ごはん (西目高校のひとめぼれ) ハヤシライス フルーツ杏仁 牛乳	丸パン 鶏肉のハーブ焼き 元気サラダ ABC スープ 牛乳	ごはん(大内産コシヒカリ) ほっけの塩焼き のりあえ とん汁 牛乳	ごはん(大内産コシヒカリ) 棒餃子 切り干し大根の カレー炒め 麩とキャベツのみそ汁 牛乳
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19(木)	20(金)
ごはん (西目小あきたこまち) いわしの生姜煮 ごま酢あえ 小松菜のみそ汁 牛乳	ごはん (西目小あきたこまち) チキンカレー コールスロー 牛乳	ミートソーススパゲティー さいころサラダ デザート 牛乳	ごはん (秋田県産サキホコレ) かりん揚げ 大豆もやしの中華あえ すまし汁 牛乳	ごはん (秋田県産サキホコレ) 鶏肉の生姜焼き しそひじきあえ ちゃんぽんスープ 牛乳
23(月)	☆ お 米 ク イ ズ			
	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)
勤労感謝の日 	ごはん 白身魚のフライ ごぼうサラダ チンゲン菜のスープ 牛乳	ごはん ポークしょうまい 大根サラダ マーボー豆腐 牛乳	ごはん さばの塩焼き 塩こんぶあえ 玉ねぎともやしのみそ汁 牛乳	ごはん ハンバーグ ポテトソテー キャベツのみそ汁 牛乳
30日(月)				
豚肉の生姜煮 野菜スープ 野菜果実ゼリー 牛乳				

給食から学ぶ和食文化

「ご飯・汁物・おかず」を組み合わせた、栄養バランスのよい食事

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつから生まれる感謝の気持ち

行事食や郷土料理など、地域や日本に伝わる食文化



11月24日は和食の日

11月は和食月間です！