11月　給食だより

令和8年11月　輪之内町学校給食センター

月	火	水	木	金
2 チンゲンサイのごま和え 牛乳 豚肉の おろしソースかけ むぎごはん　さといものみそ汁	3 文化の日	4 キャベツの香り和え 牛乳 まぐろカツ むぎごはん　みそおでん	5 鶏そぼろ野菜丼の具 牛乳 さわらのゆうあん焼き むぎごはん　根菜汁	6 れんこんの きんぴら 牛乳 なっとう 鶏肉の香味焼き むぎごはん　もみじかまぼこの すまし汁
9 海そうサラダ 青じそドレッシング 牛乳 ミニハンバーグ むぎごはん　チキンカレー	10 ごぼうサラダ 牛乳 野菜たっぷり こんだて ほうれん草のグラタン ラ・フランスジャム 米粉食パン　ミネストローネ	11 即席漬け 牛乳 かぼちゃコロッケ むぎごはん　すき焼き風煮	12 小松菜の塩こんぶ和え 牛乳 アセロラ ミルクゼリー ちくわのお好み揚げ(小2中3) 一食うどん　きつねうどんの汁	13 肉じゃが 牛乳 五目厚焼きたまご むぎごはん　ほうれん草のすまし汁
16 キャベツのごま和え 牛乳 鶏肉のから揚げ ねぎソースかけ(2) むぎごはん　大根のみそ汁	17 シャキシャキポテト サラダ 牛乳 豚肉のマーマレード焼き 黒パン　ジュリエンヌスープ	18 小松菜のしょうがじょうゆ和え 歯っぴー こんだて 牛乳 ししゃもの磯辺揚げ(2) ひじき豆ごはん　のっぺい汁	19 もやしのカレー風味サラダ 牛乳 食育の日 さつまいもの天ぷら ソフトめん　ミートソース	20 切り干し大根の そぼろ煮 牛乳 いちご ヨーグルト あじのみそ焼き むぎごはん　とうふときのこの すまし汁
23 勤労感謝の日	24 フルーツ杏仁 牛乳 フランクフルト 小型米粉パン　焼きそば	25 ブロッコリーのおかか和え 牛乳 さけのきのこマヨネーズ焼き むぎごはん　さつまいもの白みそ汁	26 キャベツのサラダ 牛乳 大豆の包み揚げ(小1中2) ビーフペッパー ライス　サイコロスープ	27 小松菜の磯和え 牛乳 きょほう ゼリー さばのたつた揚げ むぎごはん　野菜と春雨の かきたま汁
30 大根とわかめの中華サラダ 牛乳 揚げギョウザ(小2中3) むぎごはん　豆乳マーラータン				

※献立は、材料入荷の都合などにより、変更することがあります。

☆学校給食は、「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループから一部助成をうけています。

この事業では、安全でおいしい岐阜県産の農産物をたくさん使った給食をみなさんに食べてもらい、岐阜県の農産物のこと、農業のことを学んでもらいたいと考えています。

今月の岐阜県産予定の食べ物

米（輪之内町）　牛乳　小麦粉　米粉
大豆　干ししいたけ　とうふ　小松菜
もやし　チンゲンサイ　ほうれん草
こんにゃく　納豆（大豆）　等



毎月19日は、**食育の日**

今月19日(木)は食育の日献立です。岐阜県産の小麦粉を50%使用したソフト麺に給食センター手作りルウが決め手のミートソースをからめます。ルウに使う小麦粉も岐阜県産です。サラダに使用するもやしは、大垣市で作っています。

8のつく日は「歯ッピーこんだて」

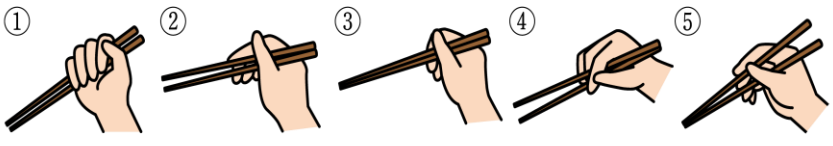
歯ッピーくん　歯ッピーちゃん

18日(水)は、歯ッピーこんだてです。ししゃもの磯辺揚げや根菜たっぷりののっぺい汁でかむことを意識して、ほかのやわらかい食べ物もしっかりかんで食べましょう。

はしを上手に使って、きれいに食べよう

あなたのはしの持ち方に近いのは、次のどれですか？

① ② ③ ④ ⑤



【 正しい持ち方は⑤です 】



左利きの人はこんな形

正しいはしの持ち方を確認してみましょう。

①1本のはしを、えんぴつを持つように、親指・人差し指・中指で持つ。

②「1」の字を書くように、たてに動かす。

③親指の付け根から、もう1本のはしを通し、薬指で支える。

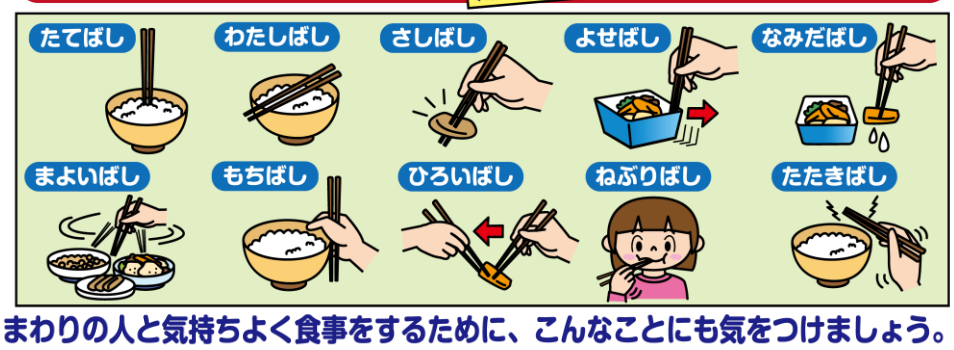
④上のはしだけを動かして、はし先を開いたりとじたりする。



下のはしは動かしません。

はしを上手に使えると、食べ物をこぼしたりせず、きれいに食べることができます。
毎日の食事で使い方を練習していきましょう。

はしの使い方には、してはいけない嫌いばしと呼ばれる作法があります。



まわりの人と気持ちよく食事をするために、こんなことにも気をつけましょう。



アクセスはこちら

輪之内町教育委員会(給食センター)のホームページです。この給食だよりがいつでもどこでもご覧いただけます。一緒に輪之内町の給食の様子をお知らせする「おいしい通信」もぜひご覧ください！