

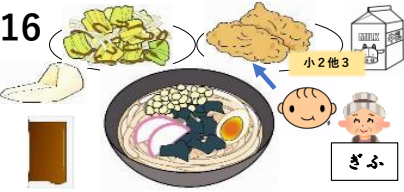
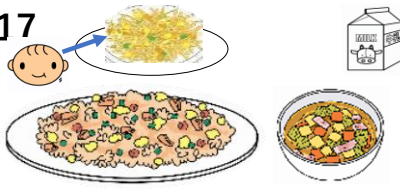
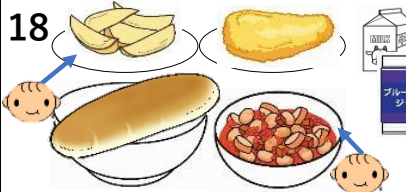
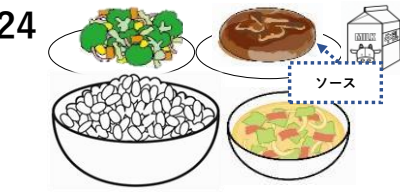
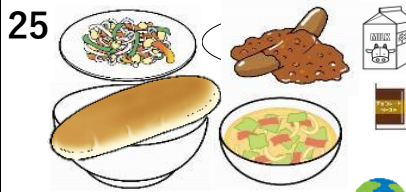
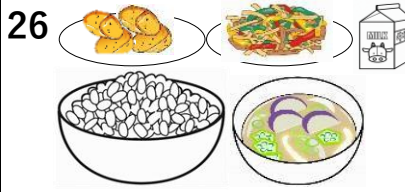
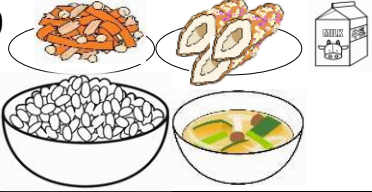
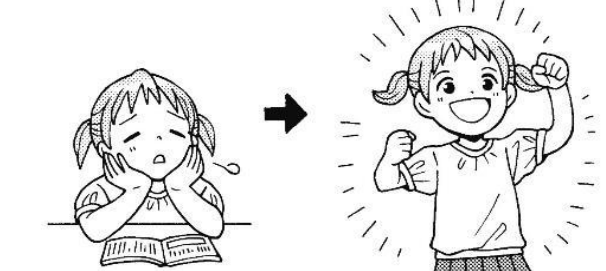
9 が つ き ゆ う し ょ く だ よ り

令和7年9月

*予定食数 20食

大垣特別支援学校

月	火	水	木	金
ちゅうがくぶ ねんせい こんだて かんが 中学部2年生が献立を考えてくれました。	え 絵こんだて 小O他O : 小学部の個数とその他の個数です。 oooo : 配膳時のトッピングの説明です。 りょうりめい 料理名 しょくいく 食育メモ おうちの人と読んでみよう	マーク の 説明 かむかむメニュー よくかもう！ おばあちゃん給食 でんとう きょうどりようり 伝統・郷土料理 ぎふっこ給食 ぎふけんさんしょう 岐阜県産使用 世界ぼうけん給食 せかい りょうり 世界の料理 ホームページに こんだてがのってます！	がつ しよくいく もくひよう 9月 食育目標 にち しよく 1日3食 き じ かん た 決まった時間に食べよう ☆牛乳は毎日つきます。 ☆献立は材料入荷の都合により変わることがあります。 ☆学校給食に使われる岐阜県産農産物の購入に対して、「学校給食地産地消推進事業」による助成がなされています。本事業は、学校給食において岐阜県産農産物を積極的に活用することを通じて少年期からの食農教育を推進することを目的としています。	
1 ごはん トマトマーボーとうふ パンサンスー わかめのスープ	2 キムチラーメン のりしおポテト フルーツヨーグルト	3 たきこみごはん さけのしおやき ほうれんそうのごまあえ なすのみそしる	4 バターロールコッペパン コンソメスープ ミートボールのトマトにこみ ちんげんさいのあまずサラダ	5 ごはん あつあげのちゅうかいため はるまき ぐじょうみそのにくだんごじる
「トマトマーボーとうふ」【クイズ】トマトの赤い栄養はなんという名前でしょう？①デコピン ②リコピン ③スッピン 正解は…②のリコピン！トマトの赤い色は「リコピン」という栄養で、体の中を元気にしてくれるはたらきがあります。	「キムチラーメン」キムチを作るとき、一番多く使われる野菜はどれでしょう？①きゅうり ②白菜 ③キウイ 正解は…②白菜！キムチといえはほとんどのものが、白菜で作られています。	「なすのみそしる」【クイズ】なすの紫色はなんという栄養でしょう？①ナスニン ②タンニン ③ニンニン 正解は…①！ナスニンは、体に悪さをする「活性酸素」の働きをおさえて、病気にかかりにくくします。	「ミートボールのトマトにこみ」中学部2年生の生徒が授業の中で考えてくれました。トマトが苦手な人でもミートボールと一緒に煮込むことでおいしく食べられます。	「郡上みその肉団子じる」【クイズ】郡上みそを作っている郡上市で、有名なものはどれでしょう？①郡上スケート ②郡上おどり ③郡上ロケット 正解は…②！郡上おどりは、夏に一晚中踊り続けることで有名です。
8 みえ ごはん とんてき あいまぜ そうへいじる	9 あきたっぶりうどん たちうおのフライ こまつなのあまずな	10 小2他3 ひじきまめごはん たまごやき やさいチップ キャベツのみそけんちん	11 コッペパン チョコクリーム タンドリーチキン ジュリアンスープ ブロッコリーのわふうサラダ	12 ごはん かぼちゃのあまから きゅうりのばいにこあえ えのきのみそしる
おばあちゃん給食！小学部6年生の修学旅行先の三重県の料理です。【クイズ】三重県で有名なおかしはどれでしょう？①水まんじゅう ②栗きんとん ③赤福もち 正解は…③の赤福もちです。	「たちうおのフライ」【クイズ】たちうおは形が「た」に似ていることからこの名前になりました。次のうち「たち（太刀）」はどれでしょう？ ①  ②  ③  正解は…③です。	「ひじきまめごはん」【クイズ】ひじきには、骨や歯を丈夫にするために大切な栄養がたっぷりです。なんという栄養でしょう？①カルピス ②カルシウム ③カンガルー 正解は…②のカルシウムと云います。	「ジュリアンスープ」【クイズ】「ジュリアンスープ」はどうしてこの名前になったでしょう？①「細長い」という意味 ②初めて作った人の名前 ③初めて作った場所 正解は…①！具がすべて細切りに食べやすいスープです。	「きゅうりの梅肉あえ」【クイズ】梅に入っているすっぱい栄養「クエン酸」はどんな働きをするでしょう？①つかれにくくする ②朝、起きられるようにする ③目をよくする 正解は…①！夏の暑さや運動でつかれた体を元気にしてくれます。

月	火	水	木	金
15 けい ろう ひ 敬老の日	16  小2他3 ぎふ ころうどん いかのてんぷら こんぶあえなし 「なし」【クイズ】大垣市でこの時期にたくさん作られている果物はなんでしょう？①もも ②りんご ③なし 正解は…③の「なし」です！大垣市は、気候・地下水・土に恵まれているため、甘くてみずみずしいなが育ちます。	17  メキシカンライス ごぼうのごまサラダ ミックスビーンズのスープ 「ごぼうのごまサラダ」【クイズ】ごぼうはどこで作られるでしょう？①地面の中 ②木の上 ③水の中 正解は…①地面の中です！ごぼうは土の中で根っことして育ちます。	18  バターロールコッペパン ジャム こめこのささみのフライ チリコンカン きりばしだいこんのカレーいため 「チリコンカン」は、肉とトマトを煮こんだ料理です。【クイズ】この料理には、丸いあるものが入っています。それは何でしょう？①豆 ②たまご ③ぶどう 正解は…①の豆です。給食では、4種類の豆を使っています。	19  ごはん しろみずかなのマリネ きのこのクリームシチュー フルーツミックス 「きのこのクリームシチュー」【クイズ】きのこには、どんな栄養があるでしょう？①目がよくなる ②おなかの調子がよくなる ③運動が上手になる 正解は…②！おなかをすっきり元気にしてくれます。
22  あきのドライカレーライス いんげんのチーズサラダ セレクトゼリー 「秋のドライカレーライス」【クイズ】秋になるとおいしくなる食べ物は次のうちどれでしょう？3つあります。①トマト ②きのこ ③きゅうり ④さつまいも ⑤くり 正解は…②きのこ ④さつまいも ⑤くりです！	23  しゅうぶんひ 秋分の日	24  ごはん ハンバーグトマトソース グリーンサラダ コンソメスープ 夏のつかれがでてくる時期です。毎日、朝ごはんは食べてますか？朝ごはんを食べると、頭と体のスイッチが入り、元気いっぱい運動や勉強をがんばれるようになります！毎朝かならず食べるようにしましょう。	25  コッペパン チョコクリーム カリーブルスト フライドポテト アイントプフ 世界ぼうけん給食！ドイツの料理！【クイズ】ドイツで生まれた、かみごたえのある甘いおかしはなに？①チョコレート ②グミ ③ドーナツ 正解は…②のグミ！世界で一番最初にグミを作ったのはドイツです。スーパーでもよく見かける、くまの形のグミです。	26  ごはん ビーマンとぶたにくのあまからいため だいがくいも もやしとなすのみそしる 「大学いも」【クイズ】「大学いも」という名前になった理由は？①大学生に人気だったから ②大学生が考えたから ③頭がよくなるから 正解は…①！と考えられています。※ほかにもいくつか説があり、はっきりとはわかっていません。
29  ごはん ちくわのいそべあげ にんじんしりしり かぼちゃのとんじる 「にんじんしりしり」【クイズ】「しりしり」はどんな意味でしょう？①すりおろす ②細く切る ③炒める 正解は…②細く切る！「しりしり器」という専用のおろし器で、にんじんを細く切ることからこの名前になりました。	30  ソフトめんかぼちゃのクリームソース ブロッコリーとひじきのサラダ セレクトデザート 「ブロッコリーとひじきのサラダ」【クイズ】ひじきと同じ海藻の仲間は何でしょう？①こんにやく ②もやし ③もずく 正解は…③もずく！海藻には色々な種類があります。	夏の疲れが残っていませんか？  9月になりましたが、まだまだ暑い日が続き、夏の疲れが残っているような子どもたちも見られます。夏の疲れを解消するには、疲労の回復や予防に欠かせないビタミンB₁やB₂を食事で補うようにします。そのほかにも、栄養バランスのよい食事をしっかりと、元気を取り戻しましょう。 ©少年写真新聞社2025		

