



令和4年6月分 京都市立総合支援学校給食献立表 〈小学部〉



京都市立総合支援学校長会
京都市教育委員会
※食材の単位は(g)です。

月日	1 日（水）	2 日（木）	3 日（金）	6 日（月）	7 日（火）	8 日（水）
栄養量	エネルギー796kcal, たんぱく質31g	エネルギー679kcal, たんぱく質29g	エネルギー690kcal, たんぱく質29.5g	エネルギー734kcal, たんぱく質28.5g	エネルギー679kcal, たんぱく質29.2g	エネルギー626kcal, たんぱく質29g
献立	コッペパン・いちごジャム 牛乳 ①ベーコンオムレツ ②ほうれん草のソテー ③野菜のスープ	ごはん 牛乳 ①家常豆腐 ②大根葉とにんじんのごま油炒め ③わかめスープ	麦ごはん 牛乳 ①たちうおのかば焼き風 ②野菜の五目酢きんぴら ③豆乳のみそ汁	ごはん 牛乳 ①高野どうふの甘酢煮 ②にんじんしりしり ③もずくスープ	麦ごはん 牛乳 ①さわらのつけ焼き ②煮びたし ③しそとひじきのふりかけ ④みそ汁	①カレーうどん 牛乳 ②ちくわのいそべ揚げ ③大根葉のおかか炒め ④牛乳プリン
おかずの内容	① ベーコン (10) 鶏 卵 (55) 牛 乳 (10) たまねぎ (50) にんじん (10) オリーブ油 (0.8) 食 塩 (0.1) こしょう (0.01) ピザ用チーズ (5) ウスターソース (3) トマトケチャップ (6) ② ほうれん草 (65) コ ー ン (15) ひまわり油 (0.7) 食 塩 (0.2) こしょう (0.01) うすくちしょうゆ (1.1) ③ たまねぎ (28) にんじん (7) も や し (20) チキンスープ (12) 食 塩 (0.24) こしょう (0.01) こいくちしょうゆ (0.4) うすくちしょうゆ (1.84) 料 理 酒 (0.8)	① 厚 あ げ (50) 三 温 糖 (0.81) こいくちしょうゆ (1.62) けずりぶし (1) 豚 肉 (30) たまねぎ (25) にんじん (10) たけのこ(缶) (15) 九条ねぎ (5) にんにく (0.2) ひまわり油 (1.2) 赤 み そ (2.25) さ と う (0.81) オイスターソース (0.81) トウバンジャン (0.09) こいくちしょうゆ (1.08) 片くり粉 (1) ② 大 根 葉 (40) にんじん (10) ご ま 油 (0.5) 食 塩 (0.18) うすくちしょうゆ (1.35) 本みりん (0.99) 料 理 酒 (0.45) ③ わ か め (3) たまねぎ (30) けずりぶし (1.4) 食 塩 (0.1) こしょう (0.01) 料 理 酒 (0.8) うすくちしょうゆ (3.2)	① たちうお濃粉付 (50) ひまわり油 (1) さ と う (2.4) 本みりん (2.76) こいくちしょうゆ (4.08) しょうが (2.25) ② ご ぼ う (10) つきこんにゃく (15) にんじん (10) 三 度 豆 (10) か ぼ ち ゃ (20) ひまわり油 (1) 料 理 酒 (1) 食 塩 (0.2) さ と う (2.5) こいくちしょうゆ (2.5) 米 酢 (3) いりごま (3) すりごま (1) ③ 油 あ げ (10) たまねぎ (10) にんじん (5) けずりぶし (1.4) 信州みそ (4) 赤 み そ (2.4) 豆 乳 (35)	① 高野どうふ (8) 片くり粉 (5.5) ひまわり油(揚げ物用) (3.3) 鶏 肉 (30) うすくちしょうゆ (1) 料 理 酒 (0.5) たまねぎ (60) ピーマン (15) 黄ピーマン (15) ひまわり油 (1) さ と う (1.8) トマトケチャップ (4.5) こいくちしょうゆ (3) 米 酢 (1.5) ② にんじん (30) まぐろフレーク (15) ひまわり油 (0.5) こしょう (0.01) うすくちしょうゆ (1.1) ③ 鶏 卵 (15) も ず く (10) たまねぎ (10) チキンスープ (12) 料 理 酒 (0.8) 食 塩 (0.24) こしょう (0.01) うすくちしょうゆ (1.84) 片くり粉 (0.8)	① さ わ ら (50) 本みりん (0.4) 料 理 酒 (0.3) 三 温 糖 (0.3) こいくちしょうゆ (1.3) しょうが (0.42) 本みりん (1.2) 料 理 酒 (1.4) 三 温 糖 (0.7) こいくちしょうゆ (2) コーンスターチ (1) ② 油 あ げ (12) 小 松 菜 (65) にんじん (5) さ と う (0.5) 本みりん (1.1) こいくちしょうゆ (3) けずりぶし (0.2) ③ ひ じ き (2) 赤しそふりかけ (0.23) さ と う (0.81) 本みりん (3.24) こいくちしょうゆ (1.62) けずりぶし (0.25) ④ じゃがいも (15) えのきだけ (5) たまねぎ (20) けずりぶし (1.4) 信州みそ (4) 赤 み そ (2.4)	① 干うどん (60) 豚 肉 (40) ひまわり油 (0.5) さ と う (1.3) こいくちしょうゆ (1.8) たまねぎ (35) 九条ねぎ (7) 本みりん (1.36) カレー粉 (0.56) 食 塩 (0.32) こいくちしょうゆ (1.2) うすくちしょうゆ (4.8) だし昆布 (1.6) けずりぶし (1.6) 片くり粉 (5.6) ② ち く わ (25) 青 の り (0.15) 片くり粉 (5) ひまわり油(揚げ物用) (2) ③ 大 根 葉 (40) にんじん (10) 花かつお (1) いりごま (3) ご ま 油 (0.5) 本みりん (1.3) 料 理 酒 (0.6) うすくちしょうゆ (2.5) ④ 牛乳プリン 1個 (40)
後期食		①豚肉→豚ひき肉 ②ほうれん草	①マッシュポテト ②つきこんにゃくなし いりごま・すりごま→ねりごま ③油あげ→絹ごし豆腐	①高野どうふ→絹ごし豆腐 ひまわり油（揚げ物用）なし 鶏肉→鶏ひき肉	①マッシュポテト ②油あげ→厚あげ	①豚肉→豚ひき肉 ②じゃがいも、さとう、こいくちしょうゆ 片くり粉なし、ひまわり油（揚げ物用）なし ③ほうれん草、いりごま→ねりごま
中期食	①チキンスープ	①豚肉→豚ひき肉 ②ほうれん草	①マッシュポテト ②つきこんにゃくなし いりごま・すりごま→ねりごま ③油あげ→絹ごし豆腐	①高野どうふ→絹ごし豆腐 ひまわり油（揚げ物用）なし 鶏肉→鶏ひき肉	①マッシュポテト ②油あげ→厚あげ	①豚肉→豚ひき肉、片くり粉なし ②じゃがいも、さとう、こいくちしょうゆ 片くり粉なし、ひまわり油（揚げ物用）なし ③ほうれん草、いりごま→ねりごま
初期食	①チキンスープ	①豚肉→豚ひき肉 ②ほうれん草	①マッシュポテト ②つきこんにゃくなし いりごま・すりごま→ねりごま ③油あげ→絹ごし豆腐	①高野どうふ→絹ごし豆腐 ひまわり油（揚げ物用）なし 鶏肉→鶏ひき肉	①マッシュポテト ②油あげ→厚あげ	①豚肉→豚ひき肉、片くり粉なし ②じゃがいも、さとう、こいくちしょうゆ 片くり粉なし、ひまわり油（揚げ物用）なし ③ほうれん草、いりごま→ねりごま

月日	9 日（木）	10 日（金）	13 日（月）	14 日（火）	15 日（水）	16 日（木）
栄養量	エネルギー625kcal, たんぱく質29.7g	エネルギー704kcal, たんぱく質28.6g	エネルギー713kcal, たんぱく質30.5g	エネルギー694kcal, たんぱく質28.3g	エネルギー905kcal, たんぱく質32.2g	エネルギー706kcal, たんぱく質28.7g
献立	ごはん 牛乳 ①鶏肉の西京焼き ②小松菜とじゃこの炒め物 ③キャベツの吉野汁	麦ごはん 牛乳 ①五目チャンプル ②クービーリチー ③ほうれん草のスープ	ごはん 牛乳 ①青椒肉絲 ②中華風あえもの ③中華コーンスープ	①さばめし(麦ごはん) 牛乳 ②小松菜ともやしのごまあえ ③ふのみそ汁	味つけコッペパン 牛乳 ①ブラウンシチュー ②大根葉と卵の炒め物 ③パインゼリー	ごはん 牛乳 ①牛肉と大豆のみそ炒め ②たっぷり野菜のビーフン ③たまねぎスープ
おかずの内容	① 鶏 肉 (60) たまねぎ (20) 三 温 糖 (1.21) 料 理 酒 (3.24) 本みりん (1.62) こいくちしょうゆ (0.81) 白 み そ (5.67) ② 小 松 菜 (70) しらすばし (5) ひまわり油 (0.7) 本みりん (1.1) 料 理 酒 (0.5) こいくちしょうゆ (1.8) ③ キャベツ (40) にんじん (10) たまねぎ (20) けずりぶし (1.4) 本みりん (0.48) 食 塩 (0.1) うすくちしょうゆ (2.8) 片くり粉 (1.6)	① 平 天 (15) 木綿どうふ (35) にんじん (10) たまねぎ (35) も や し (15) 鶏 卵 (45) ひまわり油 (1.5) 食 塩 (0.2) こしょう (0.01) うすくちしょうゆ (4) ② 豚 肉 (10) にんじん (5) 細切ごんぶ (1.5) つきこんにゃく (5) 切干大根 (5.5) いりごま (4) ご ま 油 (0.5) さ と う (0.8) 本みりん (2.4) 料 理 酒 (1) うすくちしょうゆ (3.5) けずりぶし (0.3) ③ ほうれん草 (40) たまねぎ (25) チキンスープ (12) 食 塩 (0.24) こしょう (0.01) こいくちしょうゆ (0.4) うすくちしょうゆ (1.84) 料 理 酒 (0.8)	① 豚 肉 (50) さ と う (0.9) こいくちしょうゆ (1.8) 料 理 酒 (2.7) しょうが (0.5) ピーマン (35) たけのこ(缶) (25) ひまわり油 (1) 料 理 酒 (1.8) さ と う (0.5) オイスターソース (3.2) こいくちしょうゆ (1.2) 片くり粉 (1) ② まぐろフレーク (10) キャベツ (50) わ か め (5) さ と う (1.1) うすくちしょうゆ (3) 米 酢 (2.75) ご ま 油 (0.33) ③ 鶏 卵 (20) たまねぎ (15) にんじん (5) クリーム(缶) (30) チキンスープ (12) 食 塩 (0.24) うすくちしょうゆ (1.84) 片くり粉 (0.8)	① さば(水煮) (48) ご ぼ う (18) にんじん (6) 干しいたけ (1) しょうが (0.36) さ と う (1.6) 本みりん (2.2) 料 理 酒 (1.1) こいくちしょうゆ (3.3) うすくちしょうゆ (0.6) ② 小 松 菜 (65) も や し (25) すりごま (3.5) ねりごま (1) 本みりん (1.7) こいくちしょうゆ (3.4) けずりぶし (0.2) ③ たまねぎ (20) 切 り ぶ (3) 九条ねぎ (5) けずりぶし (1.4) 信州みそ (4) 赤 み そ (2.4)	① 豚 肉 (35) ガリックパウダー (0.1) じゃがいも (55) たまねぎ (60) にんじん (15) ひまわり油 (1) ひまわり油 (1) バ タ ー (4) 小 麦 粉 (6) チ ー ーズ (5) トマトピューレ (2) パーキュースソース (4) ウスターソース (1.1) 食 塩 (0.8) こしょう (0.01) ローリエ (0.01) ② 大 根 葉 (60) オリーブ油 (1) 鶏 卵 (20) 片くり粉 (0.2) オリーブ油 (0.5) こしょう (0.01) うすくちしょうゆ (2) ③ パインゼリー 1個 (50)	① 牛 肉 (25) こいくちしょうゆ (1.17) 料 理 酒 (1.17) 大 豆 (20) ほうれん草 (30) にんじん (10) しょうが (0.5) にんにく (0.5) ひまわり油 (1) 料 理 酒 (1.62) さ と う (0.97) こいくちしょうゆ (1.62) コチジャン (0.81) 赤 み そ (2.84) ② ビーフン (5) たまねぎ (25) キャベツ (50) も や し (18) にんにく (0.2) 干しいたけ (1) ひまわり油 (1.2) 料 理 酒 (1.2) 食 塩 (0.12) こしょう (0.01) こいくちしょうゆ (0.5) うすくちしょうゆ (2.5) ③ たまねぎ (30) 豆 苗 (5) にんじん (5) チキンスープ (12) 食 塩 (0.24) こしょう (0.01) うすくちしょうゆ (1.84) こいくちしょうゆ (0.4)
後期食	①鶏肉→鶏ひき肉、片くり粉	①片くり粉 ②豚肉→豚ひき肉、つきこんにゃくなし いりごま→ねりごま	①豚肉→豚ひき肉	②すりごまなし	①豚肉→豚ひき肉 チーズ→ピザ用チーズ ②ほうれん草	①牛肉→牛ひき肉
中期食	①鶏肉→鶏ひき肉、片くり粉	①片くり粉 ②豚肉→豚ひき肉、つきこんにゃくなし いりごま→ねりごま	①豚肉→豚ひき肉	②すりごまなし	①豚肉→豚ひき肉 チーズ→ピザ用チーズ ②ほうれん草	①牛肉→牛ひき肉
初期食	①鶏肉→鶏ひき肉、片くり粉	①片くり粉 ②豚肉→豚ひき肉、つきこんにゃくなし いりごま→ねりごま	①豚肉→豚ひき肉	②すりごまなし	①豚肉→豚ひき肉 チーズ→ピザ用チーズ ②ほうれん草	①牛肉→牛ひき肉





月日	17日（金）	20日（月）	21日（火）	22日（水）	23日（木）	24日（金）
栄養量	エネルギー589kcal, たんぱく質26.8g	エネルギー651kcal, たんぱく質28.5g	エネルギー797kcal, たんぱく質33.7g	エネルギー593kcal, たんぱく質29.7g	エネルギー656kcal, たんぱく質29.1g	エネルギー680kcal, たんぱく質28.7g
献立	麦ごはん 牛乳 ①ホキのたつた揚げ ②ひじきの煮つけ ③野菜の沢煮わん	ごはん 牛乳 ①たららの四川風 ②切干大根の中華炒め ③卵と青菜のスープ	黒糖コッペパン 牛乳 ①厚あげのミートソース煮 ②小松菜のソテー ③コンソメスープ	麦ごはん 牛乳 ①かれいの煮つけ ②大根葉ともやしの土佐酢あえ ③豚汁	ごはん 牛乳 ①親子煮 ②小松菜のごまあえ ③えのきのすまし汁	①ガパオライス(麦ごはん) 牛乳 ②いかのから揚げ ③とうふのスープ
おかずの内容	①ホキ(50)しょうが(1.5)料理酒(1.8)うすくちしょうゆ(2.2)片くり粉(2.5)ひまわり油(1) ②ひじき(5)鶏肉(12)にんじん(10)ひまわり油(0.5)三温糖(1)本みりん(2.7)こいくちしょうゆ(3.8)けずりぶし(1.2) ③小松菜(20)にんじん(10)たまねぎ(10)けずりぶし(1.4)料理酒(0.8)食塩(0.1)うすくちしょうゆ(2.88)片くり粉(0.8)	①たらら(50)うすくちしょうゆ(1.1)料理酒(2)片くり粉(2.5)ひまわり油(1)たまねぎ(38.5)しょうが(0.44)ひまわり油(0.55)トマケチャップ(7.7)さとう(0.33)こいくちしょうゆ(1.32)トウバンジャン(0.04)片くり粉(0.55) ②切干大根(5)豚肉(10)にんじん(5)ピーマン(5)キャベツ(25)もやし(15)ごま油(0.5)さとう(0.8)こいくちしょうゆ(3)ウスターソース(2) ③鶏卵(20)ほうれん草(20)たまねぎ(15)片くり粉(0.8)チキンスープ(12)うすくちしょうゆ(1.84)食塩(0.32)	①厚あげ(50)けずりぶし(1)三温糖(0.9)こいくちしょうゆ(1.8)鶏ひき肉(20)たまねぎ(50)にんじん(10)オリーブ油(0.7)小麦粉(1.8)トマケチャップ(15)トマトビュレ(4)ウスターソース(3)食塩(0.05)こしょう(0.01)ピザ用チーズ(7.5) ②小松菜(65)コーン(15)ひまわり油(0.7)食塩(0.2)こしょう(0.01)うすくちしょうゆ(1.1) ③たまねぎ(50)セロリ(10)チキンスープ(12)うすくちしょうゆ(1.84)食塩(0.25)こしょう(0.01)	①かれい(50)三温糖(0.5)料理酒(1.25)こいくちしょうゆ(0.95) ②大根葉(60)もやし(30)花かつお(1)本みりん(1.3)こいくちしょうゆ(2.7)うすくちしょうゆ(0.5)米酢(1.5)だし昆布(0.2) ③豚肉(10)つきこんにゃく(10)干しいたけ(1)たまねぎ(25)ごぼう(8)にんじん(5)けずりぶし(1.4)九条ねぎ(5)赤みそ(6.4)	①鶏肉(30)鶏卵(55)片くり粉(2)たまねぎ(45)みつば(10)さとう(0.45)うすくちしょうゆ(4.68)けずりぶし(0.3) ②小松菜(60)にんじん(5)ねりごま(4)本みりん(1.8)こいくちしょうゆ(2.9)けずりぶし(0.1) ③えのきだけ(5)わかめ(3)けずりぶし(1)だし昆布(0.8)九条ねぎ(5)食塩(0.1)うすくちしょうゆ(2.4)	①豚ひき肉(44)たまねぎ(33)にんじん(11)ピーマン(11)にんにく(0.55)しょうが(1.1)ひまわり油(1.1)パジル(0.08)さとう(1.1)オイスターソース(1.1)こいくちしょうゆ(1.1)食塩(0.55)カレー粉(0.44) ②いか(30)しょうが(1.4)こいくちしょうゆ(0.51)料理酒(0.72)片くり粉(4.8)ひまわり油(揚げ物用)(2.88) ③絹ごし豆腐(25)ほうれん草(20)にんじん(5)チキンスープ(12)うすくちしょうゆ(2.24)食塩(0.24)料理酒(0.8)こしょう(0.01)
後期食	①マッシュポテト、こいくちしょうゆ三温糖、本みりん、うすくちしょうゆなし、片くり粉なし、ひまわり油なし ②鶏肉→鶏ひき肉	①マッシュポテトひまわり油なし ②豚肉→豚ひき肉		①マッシュポテト ②ほうれん草 ③豚肉→豚ひき肉、つきこんにゃくなし	①鶏肉→鶏ひき肉	②平天、たまねぎひまわり油（揚げ物用）なし
中期食	①マッシュポテト、こいくちしょうゆ三温糖、本みりん、うすくちしょうゆなし、片くり粉なし、ひまわり油なし ②鶏肉→鶏ひき肉	①マッシュポテトひまわり油なし ②豚肉→豚ひき肉		①マッシュポテト ②ほうれん草 ③豚肉→豚ひき肉、つきこんにゃくなし	①鶏肉→鶏ひき肉	②平天、たまねぎひまわり油（揚げ物用）なし
初期食	①マッシュポテト、こいくちしょうゆ三温糖、本みりん、うすくちしょうゆなし、片くり粉なし、ひまわり油なし ②鶏肉→鶏ひき肉	①マッシュポテトひまわり油なし ②豚肉→豚ひき肉		①マッシュポテト ②ほうれん草 ③豚肉→豚ひき肉、つきこんにゃくなし	①鶏肉→鶏ひき肉	②平天、たまねぎひまわり油（揚げ物用）なし

月日	27日（月）	28日（火）	29日（水）	30日（木）
栄養量	エネルギー739kcal, たんぱく質32.8g	エネルギー848kcal, たんぱく質33.2g	エネルギー678kcal, たんぱく質30.1g	エネルギー712kcal, たんぱく質30.3g
献立	ごはん 牛乳 ①厚あげと野菜のオイスターソース炒め ②小松菜の中華風炒め物 ③はるさめスープ	バターうずまきパン 牛乳 ①チキンのマーマレード煮 ②野菜のマリネ ③つぶつぶコーンのポタージュ	麦ごはん 牛乳 ①あじの南ばんづけ ②ひじき豆 ③ふのすまし汁	①夏野菜のあんかけごはん 牛乳 ②千草焼き ③じゃがいものみそ汁
おかずの内容	①厚あげ(50)三温糖(0.9)こいくちしょうゆ(1.8)けずりぶし(1)豚肉(35)たまねぎ(40)にんじん(15)しょうが(0.5)にんにく(0.3)黄ピーマン(10)干しいたけ(0.8)ごま油(0.7)さとう(0.7)料理酒(1.8)オイスターソース(2.7)こいくちしょうゆ(2.5)こしょう(0.01)片くり粉(1) ②小松菜(60)鶏卵(20)ひまわり油(0.5)片くり粉(0.2)にんじん(10)たけのこ(缶)(10)ごま油(1)食塩(0.1)こしょう(0.01)うすくちしょうゆ(3) ③緑豆はるさめ(6)もやし(15)きぬさや(5)けずりぶし(1.4)食塩(0.1)こしょう(0.01)料理酒(0.8)うすくちしょうゆ(3.2)	①鶏肉(60)食塩(0.2)こしょう(0.01)ひまわり油(0.7)マーマレード(8)料理酒(2)こいくちしょうゆ(1.5)たまねぎ(25)片くり粉(1) ②キャベツ(55)にんじん(5)きゅうり(15)オリーブ油(0.8)さとう(1.2)食塩(0.5)こしょう(0.01)米酢(2.5) ③マッシュポテト(50)たまねぎ(20)コーン(15)牛乳(35)チキンスープ(15)食塩(0.7)こしょう(0.01)バター(3)片くり粉(0.5)	①あじ(50)料理酒(1.2)さとう(1)片くり粉(2.5)ひまわり油(揚げ物用)(2.5)たまねぎ(20)にんじん(5)さとう(1.8)こいくちしょうゆ(2.8)米酢(2.9) ②大豆(7)ひじき(5)油あげ(5)ひまわり油(0.5)三温糖(1.44)本みりん(2.76)こいくちしょうゆ(4.56)けずりぶし(0.6) ③切りぶ(3)たまねぎ(25)けずりぶし(1)だし昆布(0.8)みつば(3)食塩(0.1)うすくちしょうゆ(2.4)	①鶏ひき肉(30)万願寺とうがらし(15)ひまわり油(0.5)なす(35)ひまわり油(2)たまねぎ(20)にんじん(5)しょうが(0.5)ひまわり油(0.5)さとう(0.6)本みりん(3.3)料理酒(3.3)食塩(0.4)こいくちしょうゆ(2)うすくちしょうゆ(4)片くり粉(4.5)けずりぶし(1) ②鶏卵(50)にんじん(5)きぬさや(2)たまねぎ(15)食塩(0.1)うすくちしょうゆ(1)けずりぶし(0.5)片くり粉(1) ③じゃがいも(20)小松菜(15)けずりぶし(1.4)信州みそ(4)赤みそ(2.4)
後期食	①豚肉→豚ひき肉 ②ひまわり油なし ③緑豆はるさめ→はるさめ	①鶏肉→鶏ひき肉・たまねぎ・片くり粉	①マッシュポテト、片くり粉なし、ひまわり油（揚げ物用）なし ②油あげ→厚あげ	
中期食	①豚肉→豚ひき肉 ②ひまわり油なし ③緑豆はるさめ→はるさめ	①鶏肉→鶏ひき肉・たまねぎ・片くり粉	①マッシュポテト、片くり粉なし、ひまわり油（揚げ物用）なし ②油あげ→厚あげ	
初期食	①豚肉→豚ひき肉 ②ひまわり油なし ③緑豆はるさめ→はるさめ	①鶏肉→鶏ひき肉・たまねぎ・片くり粉	①マッシュポテト、片くり粉なし、ひまわり油（揚げ物用）なし ②油あげ→厚あげ	

6月は「食育月間」

きょうしよく 給食だったら食べられる！

家では苦手で食べられなかった食べ物でも、「給食だと食べられた！」という経験はありませんか？給食だと食べられたのは、二つの力が働いていたからかもしれません。

一つ目は、おいしさの力です。給食は、一度にたくさんの量を作るので、食材のうま味やおいしさがさらによく出て、おいしく出来る料理が多いです。二つ目は、仲間や先生と一緒に食べる力です。友だちにおいしさを教えてもらったり、教えたり、誰かを喜ばせたいと思ってがんばったり、負けないぞと思いながら努力したり、人と関わり合いながら出す力は、いつもよりとても強くなります。また食事を一緒に楽しむことは、体の栄養になるだけでなく、心の栄養にもなり、がんばる気持ちを成長させてくれます。

この二年間は、給食ではクラスのみんなと距離をとったり、おしゃべりをがまんしたりしてきました。少し距離が離れていても、一緒に食べる力は、みんなの力になっているはず。この二つの給食の力を信じて、初めて食べる食べ物や料理、苦手な食べ物にも、チャレンジしてみよう！

ちさん ちしょう しょくざい 地産地消の食材

くじょう 九条ねぎ・たちうお・万願寺とうがらし

*収穫量等の関係から他府県産に変更する場合があります。



この印刷物が不要になれば「雑がみ」として古紙回収等へ！