

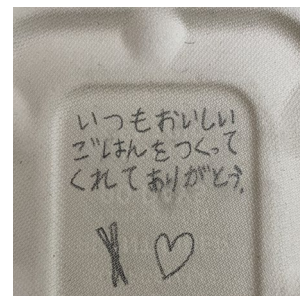
BCA 土曜学校 11月 給食だより

感謝して食べよう!

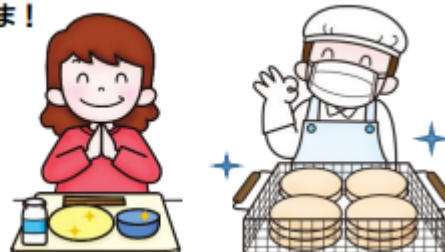
最近ランチボックスの蓋にうれしいメッセージをよく目にします。

毎週、みなさんが食べている給食には、たくさんの方の手がかかっています。

食材を育てた人、収穫した人、加工した人、運搬した人、調理した人とたくさんの方のおかげで、給食を食べることができます。感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。食事を残さずに食べることも、感謝の気持ちをあらわすことにつながります。



ごちそうさま!



11月の献立

おもな食品と体内ではたらき

		体を作る	エネルギー源	体の調子を整える
6	三色ご飯 枝豆 バナナケーキ★ お水	鶏ひき肉 炒り卵★ 卵★(ケーキ)	ごはん 砂糖 ケーキミックス★(牛乳) サラダ油	にんじん しょうが だし しょうゆ 酒 枝豆 バナナ
13	豚汁 おいもごはん グリーンサラダ みかんゼリー お水	豚ひき肉	油揚げ サツマイモ ごはん サラダ油 ゼリーミックス(動物性ゼラチン) はちみつ	みそ ごぼう にんじん 大根 糸こんにゃく レタス トマト 酢 しお みかん(缶詰)
20	ミートボール甘酢和え★ ごはん ゆでブロッコリー ぶどう お水	合いびき肉 卵(ミートボールつなぎ)★	パン粉 ケチャップ サラダ油 片栗粉 ごはん	玉ねぎ ピーマン にんじん パイナップル 甘酢 醤油 ブロッコリー 塩 ぶどう

27

休み(Thanksgiving Holiday)

★はアレルギー特定原材料：たまご、落花生、乳(乳製品も含む)