

9月1日（火）の給食

献立

わかめごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き
夏野菜のみそ汁

「スマイル給食の日」



きょう 从今天から2学期がスタートです。「豚肉のしょうが焼き」に使われている
豚肉には、ビタミンB1が多く含まれています。ビタミンB1は、食べた物を
エネルギーに変えて疲れをとる働きがあります。さらにしょうがの香りや
辛味の成分には、食欲をアップさせる働きがあります。

9月2日（水）の給食

○献立

黒糖パン 牛乳 いわしのトマト煮
きのこベーコンのもちもちスープ 梨



なし にほん やよいじだい た い やまぐちけん
梨は、日本では弥生時代にすでに食べられていたと言われており、山口県で
めいじじだい さいばい はじ おも しものせきし み ね し おお さいばい
は明治時代に栽培が始まりました。主に下関市、美祢市で多く栽培されていま
す。きょう なし にじゅうせい しゅるい なし すいぶん おお
す。今日の梨は「二十世紀」という種類の梨です。水分が多く、シャリシャリ
しよっかん とくちょう きせつ あじ あじ
とした食感が特徴です。季節の味を味わいましょう。

9月3日（木）の給食

献立

ごはん 牛乳 くじらの竜田揚げ
ピリ辛きゅうり 豆乳みそ汁

「スマイル給食の日」



9月4日は「^{がつか}鯨^{くじら}の日」です。^{やまぐちけん}山口県は^{ながとし}長門市や^{しものせきし}下関市で昔から^{むかし}鯨をとることが盛んで、^{くじら}鯨を^{さか}食べる文化があります。^{むかし}昔は^{きゅうしょく}給食にもよく出ていましたが、今は^{いま}食べる^{きかい}機会が^{すく}少なくなりました。^{やまぐちけん}山口県の^{しょくぶんか}食文化である^{くじら}鯨を^よ良く^{あじ}味わっていただきましょう。

9月4日（金）の給食

○献立

米粉パン マーマレードジャム 牛乳

オーギービーフのバーベキュー炒め

豆とマカロニのスープ ワインゼリー



きょう さんよう おのだし しまいとし し
今日は、山陽小野田市と姉妹都市のオーストラリア・モートンベイ市にちな
んだ献立です。オーストラリアでは、ぎゅうにく まめりょうり した
牛肉のバーベキューや豆料理が親しま
れ、オレンジやワインのせいさん さか きょう ぎゅうにく
生産も盛んです。今日は牛肉をバーベキューソース
であじつ りょうり とお しょくぶんか たの
味付けしました。料理を通してオーストラリアの食文化を楽しみましょう。