

# もいもりっうしん

新十津川町  
学校給食センター

11月29日は べんとう お弁当 しょくいく 「食育の日」 ひ



## ていがくわん 低学年ありがとうコース

おうちの人に作ってもらったお弁当を自分でつみ「ありがとう」をいう。自分でお弁当箱のふたをしたり、ふくろにいれましょう！

## てつぱ チャレンジお手伝いコース

お弁当作りの時、自分にできるお手伝いをする。ミニトマトをあらう、レタスをちぎるなど、できることを手伝いましょう！

## きほん 基本 お弁当づめコース

料理はおうちの人に作ってもらい、こどもがお弁当箱につめる。いろいろよくつめると、栄養のバランスもよくなりますよ。

## いっしょ 一緒に作るおすすめコース

おうちの人に教えてもらいながら、おにぎりやおかずを作ってみましょう！

## じぶん 自分で作る完璧コース

買い物とごはんは、家族の協力をえてOK。自分の力だけでお弁当を作ります。

おうちの人と相談して決めましょう



## しんとつかわさん 新十津川産の新米をいただきました しんまい



あたま 7日（月）  
「ゆめぴりか」

あたま 10日（木）  
「ふっくらんこ」

JAピンネブランド米生産組合から、「ゆめぴりか120キロとふっくらんこ120キロ」を寄贈していただきました。7日と10日の給食に使用させていただきます。ありがとうございました。



## のうぎょうこうこう 農業高校の新米がでます しんまい



11月17日から農業高校でとれたお米「ななつぼし」がでます。お米の味を知ってもらいたいという思いを込めて、17・18・21・22日は白いごはんです。よくかんで、味わってください。

## こうこうやさい 高校野菜もたくさん使います つか

### かぼちゃ



- 10日「かぼさつ汁」
- 25日「かぼちゃシチュー」

### さつまいも



- 1日「豚汁」
- 10日「かぼさつ汁」

### ヤーコン



- 4日「ヤーコンチャンプルー」
- 24日「ヤーコンのぴり辛炒め」

※野菜の状況によって使用量を減らしたり、使用できない場合があります。