



なかもとランチタイム

★今日のこんだて★



さけの
しおやき

おはぎ

あきのかおり
ごはん

すましじる

【給食のお話】

明日は秋分の日です。前日の今日は、秋を感じる事ができる秋の香りごはんが給食に出ています。今日は、さつまいも、くり、しめじ、しいたけなどがご飯の中に入っています。見つけることはできましたか？どれも今の季節が一番おいしい秋が旬の食べ物です。

日本では、春と秋にお彼岸と呼ばれる期間があります。他の国にはない行事です。それぞれ春分の日と秋分の日を真ん中にして、前後3日間がお彼岸です。春のお彼岸には「ぼたもち」、秋のお彼岸には「おはぎ」がお供えされます。お米、小豆、砂糖などを使った、同じ食べ物ですが、春には牡丹の花が咲くことからぼたもち、秋には萩の花が咲くことからおはぎと呼ばれることが多いです。

【担任の先生方へ】

鮭の塩焼きについている白い塊は、たんぱく質の1つなので、問題なく食べられます。

【昨日の残菜】

- ★ツイストパン：3コ
- ★ポークビーンズ：3.6kg (約20人分)
- ★ひじきのいろどりサラダ：0.8kg (約18人分)
- ★牛乳：21本

すこしずつおやすみがへっ
てきました★

自分が食べられる量を考えて、みんなで
いしきしてみよう！苦手でもあと1くち
チャレンジ♪



仲本小学校全体の残菜率は2%でした！