

令和6年 7月5日(金)



# 今日の南中給食



ねんせいきょうと なら こんだて  
3年生京都奈良いってらっしやい献立

## メニュー

- あす はん  
・小豆ご飯(しゃもじ)
- さわら さいきょう や  
・鯖の西京焼き(トング)
- さんしょく たま  
・三色おひたし(ぎざお玉)
- じる だい たま  
・わかたけ汁(大お玉)
- まっちゃおぐら  
・抹茶小倉ミルクゼリー
- ぎゅうにゅう  
・牛乳



## 今日の栄養メモ

野菜がいつもよりかなり多めです。そして  
味が薄めですが、いっぱい食べてください!!

にちようび ねんせい きょうと なら しゅうがくりょこう  
日曜日から、3年生は、京都、奈良に修学旅行です。

それにちなみ、きょうと おばんざい ふうこんだて きょうと  
それにちなみ、京都おばんざい風献立にしました。京都というと、

かいせきりょうり こうか りょうり おも う りょうり  
懐石料理などの高価な料理が思い浮かびますが、おばんざい料理は

きょうと かてい にちじょうてき りょうり みちか しょくざい た  
京都の家庭で日常的につくられる料理で、身近な食材で食べきれ

ぶん  
分だけをつくり、ムダにしません。きょうと ひと きふう あらわ  
京都の人の気風が表れています。

きゅうしょく あか いろ じゃき はら  
給食は、赤い色が邪気を払うといわれる小豆ご飯(あずごはん)と

きょうと つか さいきょう や きょうやさい きょうな  
京都で使われる西京みそにつけこんで焼いたサワラに京野菜の京菜、

かんとう みすな こんだて ねっちゅうしょう き  
関東では水菜をつかったおひたしなどの献立にしました。熱中症に気

をつけてあんぜん たの す き  
をつけて安全に楽しく過ごして来ててください。いってらっしやい!!