



10月 給食献立カレンダー



令和5年度
水俣市学校給食センター

	月	火	水	木	金
2	3	4	5	6	給本給食 「ハリーポッターと賢者の石」
こんだて	こんだて	こんだて	こんだて	こんだて	こんだて
あか	あか	あか	あか	あか	あか
き	き	き	き	き	き
みどり	みどり	みどり	みどり	みどり	みどり
メモ	メモ	メモ	メモ	メモ	メモ
小	小	小	小	小	小
中	中	中	中	中	中
2	3	4	5	6	給本給食
こんだて	こんだて	こんだて	こんだて	こんだて	こんだて
あか	あか	あか	あか	あか	あか
き	き	き	き	き	き
みどり	みどり	みどり	みどり	みどり	みどり
メモ	メモ	メモ	メモ	メモ	メモ
小	小	小	小	小	小
中	中	中	中	中	中
10	11	12	13	14	15
こんだて	こんだて	こんだて	こんだて	こんだて	こんだて
あか	あか	あか	あか	あか	あか
き	き	き	き	き	き
みどり	みどり	みどり	みどり	みどり	みどり
メモ	メモ	メモ	メモ	メモ	メモ
小	小	小	小	小	小
中	中	中	中	中	中
16	17	18	19	20	21
こんだて	こんだて	こんだて	こんだて	こんだて	こんだて
あか	あか	あか	あか	あか	あか
き	き	き	き	き	き
みどり	みどり	みどり	みどり	みどり	みどり
メモ	メモ	メモ	メモ	メモ	メモ
小	小	小	小	小	小
中	中	中	中	中	中
23	24	25	26	27	28
こんだて	こんだて	こんだて	こんだて	こんだて	こんだて
あか	あか	あか	あか	あか	あか
き	き	き	き	き	き
みどり	みどり	みどり	みどり	みどり	みどり
メモ	メモ	メモ	メモ	メモ	メモ
小	小	小	小	小	小
中	中	中	中	中	中
30	31	31	31	31	31
こんだて	こんだて	こんだて	こんだて	こんだて	こんだて
あか	あか	あか	あか	あか	あか
き	き	き	き	き	き
みどり	みどり	みどり	みどり	みどり	みどり
メモ	メモ	メモ	メモ	メモ	メモ
小	小	小	小	小	小
中	中	中	中	中	中



スポーツの日

左にごはん・パン、
右に大きいおかず、
奥に小さいおかず
をおきましょう。

体(血・肉・骨)
をつくるものになる
(たんぱく質・カルシウム)

エネルギーのもとになる
(炭水化物・脂質)

体の調子を整えるものになる
(ビタミン)

スポーツの日

昔は、「体育の日」として10月10日でした。この日は1964(昭和39)年に日本で初めて開催された東京オリンピック開会式の日です。「スポーツにたししみ、健康な心身をつちかう」ことを目的とし、秋の運動会や体育祭がよく行われていました。2000(平成12)年「ハッピーマンデー」で日にちが10月の第2月曜日になり、さらに2020年に開催予定だった東京オリンピック・パラリンピックにちなみ、「スポーツの日」に名前が変わりました。目的も「スポーツを楽しむ。他者を尊重する精神を培うとともに、健康で活力ある社会の実現を願う」になっています。