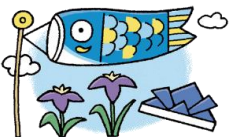


協力してかたづけよう

5月 学校給食予定献立表



吉舎学校給食共同調理場

日	こんだてめい	あか	みどり	き	ひとこと	日	こんだてめい	あか	みどり	き	ひとこと
	急に暑い日も増える時期です。体のつかれを残さないように、しっかり食べて、たっぷり休養しましょう。				できているかな？ あとかたづけ	18 木	ごはん 牛乳 鶏肉と大豆のさっぱり煮 おかかあえ みそ汁	きゅうにゅう とりにく だいず かつおぶし とうふ あぶらあげ わかめ みそ	しょうが キャベツ ほうれんそう にんじん だいこん	こめ さとう	田植えの季節です 5月は「さつき」とよばれます。これは田植えが始まる時期なので、「早苗月」「小苗月」が略
1 月	かつおめし 牛乳 おかかマヨサラダ 若竹汁 かしわもち	きゅうにゅう かつお チキンハム かつおぶし わかめ とうふ かまぼこ	しょうが キャベツ きゅうり ブロッコリー コーン たけのこ にんじん	こめ さとう ノンエッグマヨ かしわもち	あとかたづけのしかたをもう一度確認しましょう。	19 金	ビビンバどんぶり 牛乳 切り干し大根のサラダ ヨーグルト	きゅうにゅう ぶたにく チキンハム ヨーグルト	にんじん もやし たけのこ にら にんにく しょうが きりぼしだいこん キャベツ きゅうり コーン	こめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら ごま	されたという説があります。米づくりは大変な作業です。毎日感謝して、いただきます。
2 火	ごはん 牛乳 ちくわの抹茶揚げ ゆかりあえ じゃがいものそぼろ煮	きゅうにゅう ちくわ とりにく	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん	こめ こめこ あぶら じゃがいも さとう		22 月	ごはん 牛乳 鶏肉のオレンジ焼き ポテトサラダ キャベツのスープ	きゅうにゅう とりにく ベーコン	にんじん きゅうり コーン たまねぎ キャベツ しめじ	こめ マーマレード じゃがいも ノンエッグマヨ あぶら	きましよう。
8 月	ごはん 牛乳 五目豆腐 ひじきサラダ かりかりいりこ	きゅうにゅう ぶたにく とうふ うすらたまご ひじき ツナ かえりいりこ	たまねぎ にんじん しいたけ たけのこ チンゲンサイ キャベツ きゅうり	こめ あぶら でんぶん さとう	食べ残しは、メニューごとに入ってきた食缶に戻しましょう。	23 火	ごはん 牛乳 さけのチーズ焼き ごまあえ わかめスープ	きゅうにゅう さけ チーズ わかめ	キャベツ ほうれんそう にんじん たまねぎ だいこん えのきだけ	こめ さとう ごま ふ	
9 火	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 五目きんぴら なめこのみそ汁	きゅうにゅう さば ベーコン わかめ あぶらあげ みそ	ごぼう にんじん ピーマン こんにゃく たまねぎ だいこん なめこ	こめ ごまあぶら さとう ごま		24 水	ごはん 牛乳 高野豆腐のたまごとじ 土佐酢あえ きよみオレンジ	きゅうにゅう ぶたにく たまご こうやどうふ さつまあげ かつおぶし	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ キャベツ きゅうり ブロッコリー きよみオレンジ	こめ さといも あぶら さとう	今月使う予定の地場産物(三次市内産) 〇米 〇ほうれんそう 〇アスパラガス 〇しいたけ 〇米粉
10 水	ごはん 牛乳 チリコンカン さっぱりポテトサラダ きよみオレンジ	きゅうにゅう だいず ぶたにく ツナ	たまねぎ にんじん しいたけ にんにく キャベツ きゅうり ブロッコリー きよみオレンジ	こめ あぶら じゃがいも さとう	食器の中には、食べ物が残っていないようにきれいに食べましょう。食べ物が残っていると、食器を洗う時に困ります。	25 木	アスパラごはん 牛乳 ツナまめサラダ 肉だんごスープ	きゅうにゅう ベーコン だいず ツナ ミートボール	たまねぎ アスパラガス コーン キャベツ きゅうり ブロッコリー しいたけ にんじん チンゲンサイ	こめ あぶら さとう	旬のたべものアスパラガス 食べているのは若い茎の部分です。体の疲れを回復させるアスパラギン酸が多く含まれています。
11 木	ごはん 牛乳 いわしのごま揚げ もやしのナムル ワンタンスープ	きゅうにゅう いわし ちくわ	しょうが もやし ほうれんそう にんじん たまねぎ しめじ にら	こめ こめこ あぶら ごま ごまあぶら さとう ワンタンのかわ		26 金	ごはん 牛乳 やまのいもコロッケ 小松菜のしらすあえ けんちんみそ汁	きゅうにゅう ちりめん とうふ あぶらあげ みそ	キャベツ こまつな だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	こめ やまのいもコロッケ あぶら	など
12 金	ごはん 牛乳 鶏肉のマスタード焼き ごまサラダ アスパラのクリームスープ	きゅうにゅう とりにく ベーコン 調理用きゅうにゅう	にんにく キャベツ ブロッコリー たまねぎ にんじん コーン アスパラガス	こめ でんぶん ごま さとう じゃがいも こめこ あぶら		29 月	ごはん 牛乳 吉野煮 和風サラダ きよみオレンジ	きゅうにゅう とりにく ちくわ こんぶ チキンハム かつおぶし	たまねぎ にんじん ごぼう こんにゃく さやいんげん キャベツ だいこん きゅうり きよみオレンジ	こめ じゃがいも あぶら さとう でんぶん	
15 月	ごはん 牛乳 こいわしフライ こんぶあえ かきたま汁	きゅうにゅう こいわしフライ しおこんぶ たまご	キャベツ ブロッコリー たまねぎ にんじん えのきだけ ねぎ	こめ あぶら でんぶん ふ	配膳台は次の日も気持ちよく使えるように、きれいにふいておきましょう。	30 火	まめまめドライカレー 牛乳 わかめサラダ レモンゼリー	きゅうにゅう ぶたにく だいず ミックスビーンズ わかめ チキンハム	たまねぎ にんじん ピーマン コーン にんにく しょうが キャベツ きゅうり ブロッコリー	こめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら レモンゼリー	
16 火	ごはん 牛乳 厚揚げのカレー煮 はるさめサラダ きよみオレンジ	きゅうにゅう ぶたにく あつあげ チキンハム	たまねぎ にんじん たけのこ こんにゃく ピーマン キャベツ きゅうり きよみオレンジ	こめ あぶら はるさめ さとう ごまあぶら	ご協力よろしくお願いします！	31 水	ごはん 牛乳 さわらのみそマヨ焼き かおりあえ もずくスープ	きゅうにゅう さわら みそ もずく とうふ	たまねぎ にんじん えのきだけ キャベツ きゅうり チンゲンサイ	こめ ノンエッグマヨ	
17 水	ごはん 牛乳 ほきのにんにくハーブ焼き こふきいも 野菜ともち麦のミネストローネ	きゅうにゅう ほき あおのり ベーコン	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ しめじ トマトみず	こめ オリーブゆ じゃがいも さとう いんげんまめ もちむぎ あぶら	5月5日 こどもの日 5月5日のこどもの日は、「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」ための国民の祝日です。端午の節句の日でもあります。家族でちまきやかしわもちを食べて祝いしましょう。						