

5月 学校給食献立表

綾川町立滝宮小学校

HP掲載

日	献立名			材料名					
曜日	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの			
2月	ふりかえきゅうぎょうび 振替休業日のため、給食はありません。								
6金	こうがいがくしゅう 校外学習のため、給食はありません。								
9月	ごはん	○	とりにくのてりやき こまつなのごまドレッシング グあえ わかたけじる かしわもち	とりにく とうふ あずき	ぎゅうにゅう わかめ	こまつな にんじん ねぎ	もやし たけのこ たまねぎ	こめ さとう でんぷん もち	あぶら ごま
10火	コッペパン	○	さかなのチリソースかけ コーンサラダ はるさめスープ	メルルーサ ベーコン とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり コーン しいたけ	コッペパン でんぷん さとう はるさめ	あぶら
11水	むぎごはん	○	あつあげのちゅうかに ちゅうかサラダ ももゼリー	あつあげ ぶたにく えび	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん	たけのこ キャベツ しいたけ にんにく もやし きゅうり	こめ おおむぎ さとう ももゼリー	あぶら ごまあぶら
12木	こめこパン	○	カレービーンズ アスパラサラダ バナナ	だいず ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ アスパラガス	にんにく たまねぎ キャベツ コーン バナナ	こめこパン じゃがいも さとう	あぶら
13金	えんどうご はん	○	さばのおやき ごますあえ とうふのみそしる	さば とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな ねぎ	グリーンピース キャベツ たまねぎ	こめ さとう	ごま
16月	むぎごはん	○	やしししゃも スナックえんどうのごまあえ きりぼしだいこんのたまごとじ	あぶらあげ たまご	ぎゅうにゅう ししゃも	にんじん スナックえん どう さやいんげん	キャベツ きりぼしだいこん たけのこ しいたけ	こめ おおむぎ さとう	ごま あぶら ごまあぶら
17火	コッペパン	○	ささみのレモンに なつみかんのサラダ ミネストローネ	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	レモン なつみかん キャベツ きゅうり たまねぎ エリンギ セロリー にんにく	コッペパン でんぷん さとう	あぶら ドレッシング バター
18水	ごはん	○	さけのおやき ゆかりあえ ふしめんじる しょうゆまめ	さけ みそ しょうゆまめ	ぎゅうにゅう	にんじん しそ ねぎ	キャベツ もやし たまねぎ	こめ じゃがいも ふしめん	
19木	きなこつちや あげパン	○	コーンポテト やさいのスープに	きなこ ウィンナー うずらたまご	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	コーン たまねぎ しめじ	コッペパン さとう じゃがいも	あぶら バター
20金	おきなわふう たきこみご はん	○	チャンプルー もずくスープ れいとうパイン	ぶたにく たまご とうふ	こんぶ ぎゅうにゅう もずく	にんじん ねぎ	しいたけ えだまめ キャベツ たまねぎ もやし パインアップル	こめ さとう じゃがいも	ごまあぶら あぶら
23月	やきとりどん	○	こまつなとひじきのナムル しんたまねぎのみそしる	とりにく たまご みそ	のり ぎゅうにゅう ひじき わかめ	こまつな にんじん ねぎ	もやし たまねぎ	こめ おおむぎ さとう じゃがいも	ごま ごまあぶら

日	献立名			材料名					
曜日	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの			
24火	コッペパン	○	さけのくろしおソースかけ かいそうサラダ ABCマカロニスープ	さけ ベーコン	ぎゅうにゅう かいそう しらすぼし	にんじん	しょうが キャベツ きゅうり セロリー たまねぎ	コッペパン でんぷん さとう じゃがいも マカロニ	あぶら ドレッシング
25水	ごはん のりつくだ に	○	じゃがいものそぼろに やさいとこのこのソテー あまなつみかん	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう のり	にんじん こまつな	たまねぎ えだまめ キャベツ しめじ エリンギ しいたけ あまなつみかん	こめ じゃがいも さとう でんぷん	あぶら
26木	ミルクパン	○	スパゲティボンゴレ ツナサラダ アーモンドいりこ	あさり ベーコン ツナ	ぎゅうにゅう チーズ かえり	にんじん パセリ こまつな	たまねぎ マッシュルーム キャベツ	ミルクパン スパゲティ さとう	あぶら アーモンド
27金	むぎごはん	○	とりにくのねぎソースかけ そらまめのしおゆで とんじる	とりにく とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	ねぶかねぎ そらまめ ごぼう たまねぎ	こめ おおむぎ でんぷん こんにやく さとう	あぶら ごまあぶら
30月	ふりかえきゅうぎょうび 振替休業日のため、給食はありません。								
31火	レーズンパ ン	○	いかのさらさあげ ひじきサラダ やさいスープ	いか ベーコン	ぎゅうにゅう ひじき チーズ	にんじん パセリ	しょうが キャベツ コーン たまねぎ	レーズンパン でんぷん さとう じゃがいも	あぶら

材料の都合によって、献立が変更する場合があります。

5月の給食目標は「正しいマナーで食事をしよう」です。

食事のマナーには、姿勢や食べ方など、様々なものがあります。
マナーが守れているか確認してみましょう。



～食事マナーチェック～

- ☆ 食前・食後のあいさつをする。
- ☆ こぼさないように上手に食べる。
- ☆ 箸や食器を正しく持ち、手をそえたりして食べる。
- ☆ ひじをついたり、足を組んだりしないでよい姿勢で食べる。
- ☆ 食べ物を口に入れたままでしゃべらない。
- ☆ 食べ終わっても静かにしておく。
- ☆ 食事にふさわしい話をする。
- ☆ 口いっぱいにはおぼらない。

～ 今月の注目メニュー＆食材 ～

- ☆ 子どもの日(9日)…柏餅が登場します。柏の葉は、次の新芽が出るまで落ちないことから、家督が絶えないことの象徴とされており、縁起の良いものと考えられています。
- ☆ 香川県の郷土料理(18日)…ふるさとの食再発見週間としてふしめん汁、しょうゆ豆が登場します。
- ☆ 沖縄のメニュー(20日)…小学校5年生の社会科の学習にちなんで沖縄のメニューが登場します。沖縄風炊き込みご飯、チャンプルー、もずくスープ、冷凍パインが登場します。