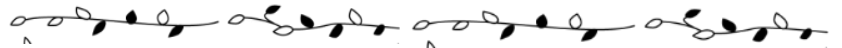


# ☆5月分 給食献立



月	火	水	木	金
<p style="text-align: center;">①～⑤の漢字の読み方、分かりますか？</p> <p><b>食育クイズ</b> 5月5日は「端午の節句」</p> <p>「端午の節句(① たんごのせっく)」は、もとは中国から伝わった「菖蒲(② しょうぶ)」や「よもぎ」を用いた厄払いの行事でした。後に、男の子の健やかな成長と立身出世(③ りっしんしゅっせ)を願う行事となりました。</p> <p>この日は、鯉のぼりを立て、兜(④ かぶと)や鎧(⑤ よろい)などを飾ったり、柏餅やちまきを食べたりして祝います。また、無病息災を願って菖蒲湯に入る習慣もあります。</p>				1
				開校記念日
4	5	6	7	8
みどりの日 	こどもの日 	振替休日 毎日しっかり 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・キムチチャーハン</li> <li>・牛乳</li> <li>・かきたま汁</li> <li>・フルーツ杏仁</li> </ul> <p>熱 805kcal た 27.4 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・かき揚げ丼</li> <li>・牛乳</li> <li>・きくらげサラダ</li> <li>・大根のみそ汁</li> </ul> <p>熱 870kcal た 26.8g</p>
11	12	13	14	15
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・焼き魚(紅鮭)</li> <li>・ごまあえ</li> <li>・豚汁</li> </ul> <p>熱 841kcal た 33.8g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・高野豆腐の肉のせ揚げ</li> <li>・野菜のしょうがあえ</li> <li>・すまし汁</li> <li>・味付のり</li> </ul> <p>熱 850kcal た 34.5g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ソース焼きそば</li> <li>・牛乳</li> <li>・野菜スープ</li> <li>・かぼ蒸しパン</li> </ul> <p>熱 983kcal た 32.9g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・たけのこご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・松風焼き</li> <li>・即席漬け</li> <li>・わかめのみそ汁</li> </ul> <p>熱 840kcal た 39.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・ささみのレモン揚げ</li> <li>・ひじきの五目煮</li> <li>・ミニトマト</li> <li>・小松菜のみそ汁</li> </ul> <p>熱 808kcal た 35.9g</p>
18	19	20	21	22
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・麻婆豆腐</li> <li>・シュウマイ</li> <li>・野菜のナムル</li> </ul> <p>熱 892kcal た 35.2g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・わかめご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・チキンのマーマレード焼き</li> <li>・ごまマヨあえ</li> <li>・きのこのみそ汁</li> </ul> <p>熱 818kcal た 36.7g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ピザトースト</li> <li>・牛乳</li> <li>・ミネストローネスープ</li> <li>・果物(バナナ)</li> </ul> <p>熱 908kcal た 31.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・酢豚</li> <li>・ワンタンスープ</li> <li>・鮭ふりかけ</li> </ul> <p>熱 922kcal た 33.2g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキンカレー</li> <li>・牛乳</li> <li>・野菜の炒り卵あえ</li> <li>・福神漬</li> </ul> <p>熱 924kcal た 32.9g</p>
25	26	27	28	29
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・豚肉のしょうが焼き</li> <li>・切干大根の煮付け</li> <li>・にらたま汁</li> </ul> <p>熱 838kcal た 37.4g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ひじきご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・春巻き</li> <li>・和風ツナサラダ</li> <li>・白菜のみそ汁</li> </ul> <p>熱 843kcal た 33.1g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・きつねうどん</li> <li>・牛乳</li> <li>・かに風味サラダ</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul> <p>熱 882kcal た 43.6g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛乳</li> <li>・鱈のマヨネーズ焼き</li> <li>・五目きんぴら</li> <li>・なめこのみそ汁</li> </ul> <p>熱 811kcal た 33.5g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・親子丼</li> <li>・牛乳</li> <li>・白菜ととんぶりのサラダ</li> <li>・豆腐のみそ汁</li> </ul> <p>熱 927kcal た 40.4g</p>

満開の桜!



食育クイズの答えは、職員室前廊下の「献立表」を見てくださいね。