

令和6年 5月 はいぜんたべかたひょう B 南部

羽島市学校給食センター

<p>ゴミは業者が回収します。 数ものについて</p> <p>9日(木) 焼きぎょうざ 幼・小:1個、中・高:2個 27日(月) 焼きミートボール 幼:2個、小:3個、 中・高:4個 31日(金) ポークシューマイ 小4年まで:1個、 小5年以上:2個 一口チーズ 幼:1個、小:2個、中・高:3個</p>	<p>1日(水) やさしいた め あげだい ず むぎごはん たまねぎのみそ汁</p> <p>はして、つまむ・すくう・ほくす・切る・くるむなどができますか。揚げ大豆で、はしの使い方を練習しましょう。</p>	<p>2日(木) かしわもち こんにやくのどさに かつおのケ チャップソ ースかけ むぎごはん わかたけじる</p> <p>端午の節句の献立です。たけのこ、かつお、柏餅を取り入れて、強く元気に育つことと、子孫繁栄を願います。</p>	<p>3日(金) けんぽう きねんび 憲法記念日 いっしょくようどん</p> 	
<p>6日(月) ふるかき きょうじつ 振替休日 いっしょくようどん</p>	<p>7日(火) さんしょくどんぶりのく とりにくの てりやき しろごはん じゃがいものみそ汁</p> <p>ごはんは、筋肉や脳のエネルギー源です。食べる量を減らすと、鉄分の吸収が悪くなり体が疲れやすくなります。</p>	<p>8日(水) ヨーグルト ドレッシング ごぼうサラダ あげざわ らのあんかけ たけのこごはん</p> <p>たけのこは、旬の短い野菜です。あじの強いたけのこは、カルシウムの豊富な食品と一緒に食べましょう。</p>	<p>9日(木) チンジャオ ニューロース むぎごはん たまごスープ</p> <p>チンジャオニューロースは、ピーマンと牛肉の炒め物です。赤みの多い牛肉には、鉄分が多く含まれています。</p>	<p>10日(金) ココアのもと カラフルソ テー えびフリッ ター ソフトめん ミートソース</p> <p>ミートソースは、トマトケチャップの味で食べやすく、人気のある料理です。ソフト麺とバランスよく食べましょう。</p>
<p>13日(月) いるどりサラダ ドレッシング ポテトグラ ン おちゃパン いしはらさんのトマトスープ</p> <p>羽島市産のミニトマトをスープに使用しました。トマトは、栄養の豊富な野菜です。地元の産物を味わいましょう。</p>	<p>14日(火) あおなの ごまあえ かれいの からあげ しろごはん わかめのすまし汁</p> <p>海で育つ海そうには、ミネラルや食物せんいなどが豊富に含まれており、毎日食べてほしい食品です。</p>	<p>15日(水) なまパイ はっほうさ い かにたま むぎごはん はるさめスープ</p> <p>八宝菜は中国料理です。料理名には、たくさんの宝物を集めたおかずという意味が込められています。</p>	<p>16日(木) フルーツあ え ホットサラ ダ むぎごはん ハヤシライス</p> <p>ハヤシライスは、岐阜県山形市出身の早矢仕有りが、栄養価の高い病院の食事として考案しました。</p>	<p>17日(金) あおなのだい すあえ あゆのせ いりゅう ソースかけ いっしょくようどん ごもくどんのしる</p> <p>食育の日の献立です。5月11日に長良川の鶴飼いが開幕されたことにちなみ、あゆのおかずを出します。</p>
<p>20日(月) プリン ドレッシング あんやさい ポイルウ ィンナー こめパン イタリアンスープ</p> <p>スープには、トマトと大麦を使っています。イタリアでは、米や大麦、小麦などの穀類が栽培されています。</p>	<p>21日(火) いりどう ふ きびなご のからあげ しろごはん きんぴらふうのみそ汁</p> <p>きびなごの旬は、2月、5月、12月の3回です。今日は、きびなごのみそ汁で、かわむ力をつけましょう。</p>	<p>22日(水) ブルーベリ ーゼリー さつまい もチップ ス ポークビ ーンズ キャロット ピラフ</p> <p>かかみがはらは、にんじんの産地です。各務原市ではにんじんの二期作をしており、初夏と秋に収穫をしています。</p>	<p>23日(木) じゃがい ものカ レー にあじ フライ むぎごはん キャベツのみそ汁</p> <p>給食から、旬の移り変わりを感じてほしいことから、それぞれのおかずの旬の食べ物を使用しました。</p>	<p>24日(金) きりぼし だいにん のあます あえ いかのかり んあげ ソフトめん あんかけソース</p> <p>かりん揚げとは、かりんとうのような見た目と、果物のかりんのような色であることからついた名前です。</p>
<p>27日(月) いんげん のソ テー やきミ ート ボ ール くらパン チャウダー</p> <p>チャウダーは、アメリカ西海岸の郷土料理です。魚介と野菜のうまみの豊富なスープです。</p>	<p>28日(火) オレンジ ごもく まめ とりにく のから あげ しろごはん つみれじる</p> <p>つみれ汁は、魚のすり身で作った団子の汁物です。魚の苦手な人でも食べやすい料理です。</p>	<p>29日(水) にびたし あつあ げの にのみ そかけ むぎごはん けんちん汁</p> <p>岐阜県産の大豆を使用した厚揚げの肉みそかけです。厚揚げは、主に体をつくるものになる食品です。</p>	<p>30日(木) ひじきの にも の あげや さい はん べん むぎごはん みだくさんみそ汁</p> <p>ひじきの煮物は、日本の伝統料理であり、将来に引き継いでほしいおかずです。</p>	<p>31日(金) 一口 チ ーズ ひど ちチ ーズ とりにく とやさ しい みそ いた め ポ ーク シ ュー マイ いっしょくようラーメン スタミナラーメン</p> <p>ビタミンB1を多くとることのできる献立です。ビタミンB1は、糖質からエネルギーを作るのに欠かせません。</p>