



# 令和6年 5月 はいぜんたべかたひょう A 北部(幼・小)

羽島市学校給食センター

<p>◆ゴミは業者が回収します。</p> <p>★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</p> <p>27日(月) 焼きミートボール 幼:2個、小:3個、 中・高:4個</p> <p>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</p> <p>一口チーズ 幼1個:小2個、中・高:3個</p>	<p>1日(水)</p> <p>やさしいため</p> <p>あげだいず</p> <p>むぎごはん たまねぎのみそしる</p> <p>はして、つまむ・すくう・ほぐす・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)</p> <p>◆かしわもち</p> <p>こんにゃくのときに</p> <p>かつおのケチャップソースかけ</p> <p>むぎごはん わかたけじる</p> <p>たんご せつく ごんだて 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、強く元気な子どもに育つことを、子孫繁栄を願います。</p>	<p>3日(金)</p> <p>けんぽう きねんび 憲法記念日</p> 	
<p>6日(月)</p> <p>ふりかえ きゅうじつ 振替休日</p> 	<p>7日(火)</p> <p>さんしよくどんぶりのぐ</p> <p>とりにくのてりやき</p> <p>しろごはん じゃがいものみそしる</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)</p> <p>◆ヨーグルトドレッシング</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>あげさわらのあんかけ</p> <p>たけのごはん</p> <p>たけのこは、旬の短い野菜です。あつきの強いたけのこは、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)</p> <p>チンジャオニューロース</p> <p>★やきぎょうざ</p> <p>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)</p> <p>ココアのもと</p> <p>カラフルソーテー</p> <p>えびフリッター</p> <p>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と食べやすく、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)</p> <p>いろどりサラダドレッシング</p> <p>ポイルウイナー</p> <p>おちやパン いしはらさんのトマトスープ</p> <p>はしましん 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)</p> <p>あおなのごまあえ</p> <p>かれのいからあげ</p> <p>しろごはん わかめのすましじる</p> <p>うみ そだ かい 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)</p> <p>◆なまハイン</p> <p>はっぽうさい</p> <p>かにたま</p> <p>むぎごはん はるさめスープ</p> <p>はっぽうさいは、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)</p> <p>フルーツあえ</p> <p>ホットサラダ</p> <p>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)</p> <p>あおなのだいずあえ</p> <p>あゆのせいりゆうソースかけ</p> <p>いっしょくようどん ごもくどうんのしる</p> <p>食育の日の献立です。5月11日に長良川の編組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)</p> <p>ドレッシング</p> <p>おんやさい</p> <p>ポテトグラタン</p> <p>こめごはん イタリアンスープ</p> <p>スープには、トマトと大麦を使用しています。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)</p> <p>いり豆腐</p> <p>きびなごのからあげ</p> <p>しろごはん きんぴらふうみそしる</p> <p>きびなごの旬は、2月、5月、12月の3回です。今日は、きびなごみそ汁で、かむ力を付けましょう。</p>	<p>22日(水)</p> <p>◆ブルーベリーゼリー</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>さつまいもチップス</p> <p>キャロットピラフ</p> <p>かかみがはらし、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)</p> <p>しそかつおふりかけ</p> <p>じゃがいものカレーに</p> <p>あじフライ</p> <p>むぎごはん キャベツのみそしる</p> <p>きゅうよく しん うつ か 給食から、旬の移り変わりを感じてほしいことから、それぞれのおかず旬の食べ物を使用しました。</p>	<p>24日(金)</p> <p>きりぼしだいのあますあえ</p> <p>いかのかりんあげ</p> <p>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けた名前です。</p>
<p>27日(月)</p> <p>いんげんのソテー</p> <p>★やきミートボール</p> <p>くるパン 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)</p> <p>◆オレンジ</p> <p>ごも(まめ)</p> <p>とりにくのからあげ</p> <p>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)</p> <p>にびたし</p> <p>あつあげのにくみそかけ</p> <p>むぎごはん けんちんじる</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)</p> <p>ひじきのもの</p> <p>あげやさいはんべん</p> <p>むぎごはん みだくさんみそしる</p> <p>ひじきの煮物は、日本の伝統料理であり、将来に引き継いでもらいたいおかずです。</p>	<p>31日(金)</p> <p>★ひとくちチーズ</p> <p>とりにくとやさいのみそいため</p> <p>★ポークシューマイ</p> <p>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>