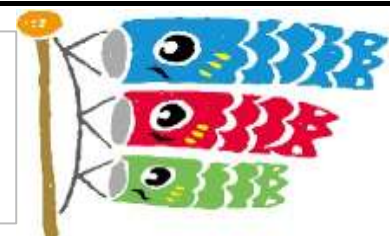


5月



5月22日(火)は
1・2年生 校外学習
3年生 修学旅行
給食はありません

1日(火)ごはん

ごぼうサラダ	フルーツミックス
昆布豆	竹輪の磯辺揚げ

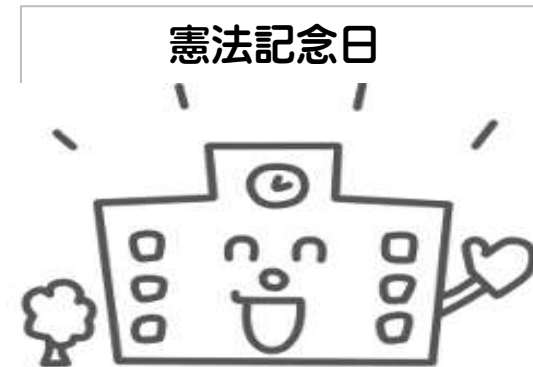
中華丼の具

2日(水)鶏ごぼうごはん

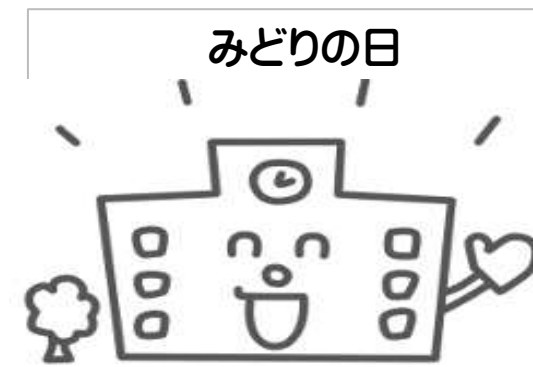
にんじんとツナの卵とじ	キャベツと水菜のわかめ和え
うぐいす団子	白身魚のごまみそ焼き

白身魚に甘辛いごまみそだれをつけて、オーブンでこんがりと焼きます。

3日(木)



4日(金)



7日(月)ごはん

マセドアンサラダ	小松菜のじゃこ炒め
佃煮昆布	鶏のチリソース

8日(火)ごはん

アスパラ入りスパゲティ	ブロッコリーのおかか和え
チーズ	肉団子の野菜あんかけ

旬の食材グリーンアスパラ入りのスパゲティです。

9日(水)五目チャーハン

春雨サラダ	カラフル炒り卵
枝豆	揚げギョウザ

10日(木)ごはん

切干大根のあっさりナムル	のり豆ポテト
梅干し	鮭のマヨマスタード焼き

新メニュー
大豆とじゃがいもを油で揚げて、青のりと塩をまぶします。

11日(金)麦ごはん

コーンサラダ	レモンゼリー
福神漬	イワシフライかけソース

チキンカレー

14日(月)ごはん

ポテトサラダ	切干大根の煮物
きゅうり漬	アジの甘酢かけ

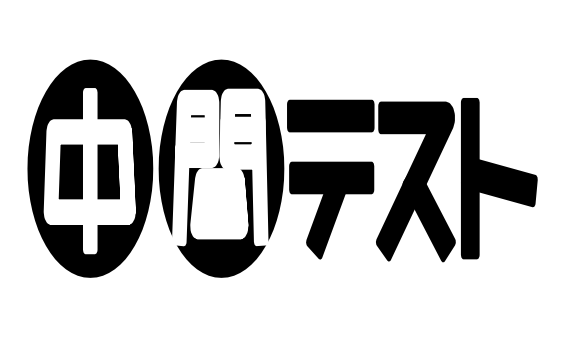
若竹汁

15日(火)ごはん

野沢菜和え	ひじき煮
お茶豆	豚肉のチーズパン粉焼きかけソース

新メニュー
揚げた大豆に、きなこグリーンティをまぶします。

16日(水)給食なし



17日(木)ごはん

ツナサラダ	ごぼうチップス
肉みそ	スペイン風バイクドエッグ

18日(金)麦ごはん

カレービーンズ	もやしのナムル
野沢菜漬	ミンチカツキャベツソース

20日(日)ごはん

キャベツのごまサラダ	こんにゃくとごぼうのかつお煮
ミニゼリー	豚肉のカリン揚げ

21日(月)ごはん

チンジャオロース	ココロ大学芋
ブロッコリーの昆布茶和え	白身魚のピリ辛焼き

給食なし 3年

23日(水)えんどうごはん

じゃがいもの旨煮	キャベツのごま和え
わらびもち	鮭の西京焼き

給食なし 3年

24日(木)



25日(金)麦ごはん

イタリアンサラダ	オレンジ
福神漬	コロッケ

ポークカレー

28日(月)ごはん

じゃがいものチーズ焼き	キャベツのゆかり和え
みかんゼリー	ピピンバ

ごはんにのせて食べよう。

ワカメスープ

29日(火)ごはん

キャベツと竹輪のサラダ	牛肉と糸こんにゃくの炒め煮
パイン缶	鯖のみそ煮

30日(水)ひじきごはん

もやしの中華炒め	大豆と煮干しの揚げ煮
ミニトマト	鶏の照り焼き

31日(木)ごはん

焼きビーフン	小松菜のおひたし
金時豆の甘煮	いわしのかば焼き

小松菜には骨や歯を強くするカルシウムがたくさん含まれています。

※ 牛乳は毎日つきます。

※ 毎日「マイはし」を持ってきましょう。献立によりスプーンを用意します。

うおづくんメモ

いわしは舞鶴の海でたくさんとれる魚です。