

5月こんだてひょう



舞鶴市立福井小学校

「カミカミ献立」



←このマークのある献立は、歯ごたえのあるメニューなので、しっかりかんで食べましょう。

1(火)

お弁当が必要です。

いらっしやい集会
(親睦遠足)



2(水)



ミルクパン
マカロニグラタン
レタスとトマトの卵スープ

<マカロニグラタン>
ホワイトソースも給食室で手作ります。

3(木)

けんぽう きねんび
憲法記念日



4(金)

みどりの日



7(月)



ごはん
豚肉のチリソース
厚揚げとキャベツ
のホイコウロウ

※5/1(火)の遠足が延期の場合はお弁当をお願いします

8(火)



たけのこずし
サワラの西京焼き
沢煮椀



9(水)



黒糖パン
とり肉の
香草パン粉焼き
ミネストローネ



10(木)



麦入りごはん
ほうれん草の
キーマカレー
フルーツ白玉
福神漬け



11(金)



きなこ揚げパン
ごま酢あえ
野菜スープ



14(月)



ごはん
とり肉のつくね
じゃがいものみそ汁

<とり肉のつくね>
かみごたえをアップさせるためにゴボウが入っています。



15(火)



ドライカレー
ポテトサラダ
卵スープ



16(水)



国産小麦100%パン
のセルフドッグ
(ウインナー・カレー炒め)
南瓜のポターージュ

かぼちゃ

17(木)



中華丼
麦入りごはん
(麦入りごはん)
小松菜とじゃこ
の炒め煮



18(金)



小型パン
焼きそば
カレー風味の
野菜チップス

全曜日はど
カレーの日

21(月)



ごはん
まいづる産イワシの
磯ごま揚げ
ゆかり和え
具だくさんみそ汁



<地場産物の日>

22(火)



えんどう豆ごはん
サバの塩焼き
じゃがいもの
そばろ煮



23(水)



味付けパン
ナポリタンスパゲティ
パインサラダ

24(木)



麦入りごはん
麻婆豆腐
切干大根のナムル



<切干大根のナムル>
切干大根とは、大根を切って乾燥させたものです。



25(金)



コッペパン
ポークビーンズ
ポパイサラダ
手作り苺ジャム



28(月)



ごはん
豚肉の香味焼き
かきたま汁

29(火)



たけのこごはん
高野豆腐の卵とじ
玉ねぎのみそ汁



30(水)



ミルクパン
ビーフシチュー
フレンチサラダ



31(木)



麦入りわかめごはん
まいづる産アジの
甘酢あんかけ
小松菜のみそ汁

<地場産物の日>

毎月19日は、食育の日です。19日前後に地場産物を使った献立にしています。ほかには、しっかり噛んで食べるような食材を使ったり、おはしを上手に使ってほしい献立にしたりなど、食を通して、身に付けてほしい事柄を取り入れています。



※牛乳は毎日つきます。

月曜 — ごはん 火曜 — 加工ごはん 水曜 — 加工パン 木曜 — 麦入りごはん 金曜 — 規格パン