



5月こんだてひょう



舞鶴市立福井小学校

<p>「カミカミ献立」</p> <p> ←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。</p>	<p>7(火)</p> <p>お弁当が必要です。</p> <p>いらっしやい集会 (親睦遠足)</p>	<p>8(水)</p> <p>ミルクパン</p> <p>マカロニグラタン</p> <p>レタスとトマトの卵スープ</p> <p><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。</p>	<p>9(木)</p> <p>むぎい 麦入りごはん</p> <p>キーマカレー</p> <p>フルーツ白玉</p> <p>ふくじんづけ 福神漬 </p>	<p>10(金)</p> <p>きなこ揚げパン</p> <p>ごまず和え</p> <p>野菜スープ</p>
<p>13(月)</p> <p>ごはん</p> <p>とりにく肉のつくね </p> <p>こまつな 小松菜のみそ汁 </p> <p><とりにく肉のつくね> 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。</p>	<p>14(火)</p> <p>ドライカレー</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>たまご 卵スープ </p>	<p>15(水)</p> <p>こくさん 国産小麦100%パン</p> <p>のセルフドッグ</p> <p>(ウインナー・カレー炒め)</p> <p>ミネストローネ</p>	<p>16(木)</p> <p>むぎい 麦入りごはん</p> <p>まーぼ 麻婆豆腐 </p> <p>きりぼし 切干大根のナムル</p> <p><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。</p>	<p>17(金)</p> <p>こがた 小型パン</p> <p>やきそば</p> <p>野菜チップス </p>
<p>20(月)</p> <p>ごはん</p> <p>ポークチャップ </p> <p>キャベツのみそ汁 </p> <p><ポークチャップ> アメリカの家庭料理で、豚肉、玉ねぎを炒めてケチャップで味付けします。</p>	<p>21(火)</p> <p>えんどう豆 えんどう豆ごはん</p> <p>サバのみそ煮 </p> <p>新じゃがのそぼろ煮 </p> <p>サバ </p>	<p>22(水)</p> <p>こくとう 黒糖パン</p> <p>ビーフシチュー</p> <p>コーンサラダ</p>	<p>23(木)</p> <p>ぎょうざ ぎょうざ丼 </p> <p>むぎい (麦入りごはん)</p> <p>ワンタンスープ </p>	<p>24(金)</p> <p>パン</p> <p>とりにく 肉の</p> <p>香草パン焼き </p> <p>コンソメスープ </p>
<p>27(月)</p> <p>ごはん</p> <p>ぶた肉の香味やき </p> <p>わかたけ 若竹汁 </p>	<p>28(火)</p> <p>キムチチャーハン</p> <p>大豆と煮干しの揚げ煮 </p> <p>スーミータン </p>	<p>29(水)</p> <p>あじつ 味付けパン</p> <p>ミートスパゲティ</p> <p>パインサラダ </p>	<p>30(木)</p> <p>むぎい 麦入りごはん </p> <p>ニギスの磯ごま揚げ </p> <p>ゆかり和え</p> <p>具だくさんみそ汁 </p> <p><地場産物の日> </p> <p>ニギス </p>	<p>31(金)</p> <p>ツナサンド (パン)</p> <p>チンゲン菜の</p> <p>クリームスープ</p> <p>3年 社会見</p>

※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
----------	------------	-----------	-------------	-----------

こんげつ じばさんぶつ
今月の地場産物

サバ

ニギス

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、おはしを上手に使う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。