



5月の こんだて

表上: 5/1～5/8 表下:5/9～5/16
裏上:5/19～26 裏下:5/27～30まで

しんがくねん はじ げつ
新学年が始まって1か月がたちました。

じゅぎょう きゅうしょく がっこう せいかつ な
授業や給食など学校での生活には慣れてきましたか？

にんき おお い
人気のメニューを多めに入れたので、お楽しみに♪

うんどうかい な
運動会に向けてしっかり食べて頑張しましょう！

※休校や材料搬入業者の事情等により、献立や食材の変更が生じる場合があります。

※乳製品は★ イカ・タコは◆のマークをつけています。

※栄養価 中学部高等部のエネルギー量を記載しています。中学部高等部が1に対して、小学部低学年が約7割、小学部高学年は約8割です。

こどもの日献立			
5月1日(木)	5月2日(金)	5月7日(水)	5月8日(木)
【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】
★牛乳	★牛乳	★牛乳	★牛乳
【ごはん】	【ごはん】	【中華丼】	【ごはん】
金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米	金賞健康米
【鶏肉のすき焼き風煮】	【手ごねハンバーグ】	豚もも肉 焼きちくわ ◆いか短冊 はくさい 玉葱 たけのこ（水煮） にんじん 干し椎茸 チンゲン菜 しょうが 米油	【ポークビーンズ（バターなし）】
鶏もも肉 鶏むね肉（皮付き） はくさい にんじん 青ねぎ 玉葱 糸こんにゃく 干し椎茸 焼き豆腐 さとう こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん 酒 かつお昆布だし だし昆布	豚ミンチ肉 鶏ミンチ肉 玉葱 さとう とうふ じゃがいも 塩 こしょう ナツメグ(粉)	こしょう 中華スープの素 こいくちしょうゆ 塩 酒 さとう オイスターソース ごま油 かたくり粉	豚もも肉 にんにく じゃがいも 玉葱 にんじん マッシュルーム 大豆（水煮） 米油 コーンスターチ 赤ワイン チキンコンソメ 塩 こしょう トマト缶詰(ダイス) トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ ウスターソース みりん パセリ
【きゅうりの酢のもの】	【ハンバーグソース（デミ）】	【大根サラダ】	【さつまいもサラダ】
キャベツ きゅうり ちりめんじゃこ 塩 醸造酢 さとう みりん うすくちしょうゆ	玉葱 しめじ パプリカ赤 ピーマン 赤ワイン トマトケチャップ 濃厚ソース こいくちしょうゆ さとう チキンコンソメ かたくり粉	だいこん ツナフレーク さんどまめ（冷凍） 醸造酢 さとう 塩 米油	さつまいも キャベツ にんじん さんどまめ（冷凍） りんご缶 塩 こしょう 醸造酢 米油 さとう ノンエッグマヨネーズ
【野菜スープ】	【フライドポテト（塩）】		
	フレンチポテト 米揚げ油 塩		
	【野菜スープ】		
	玉葱 にんじん キャベツ パセリ ホールコーン（冷凍） とりがらだし とりガラ うすくちしょうゆ 酒 みりん 塩 さとう かたくり粉		
719kcal	782kcal	661kcal	846kcal

5月(皐月)

空が晴れわたっている5月の
天気のことを「五月晴れ」と
いいます。

5月を「さつき」と呼ぶのは
1300年以上まえからです。

昔は5月が田植えの時期で、
早苗を植える月の「早苗月」

からきているといわれていま
す。



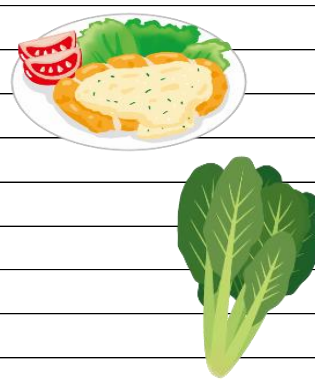
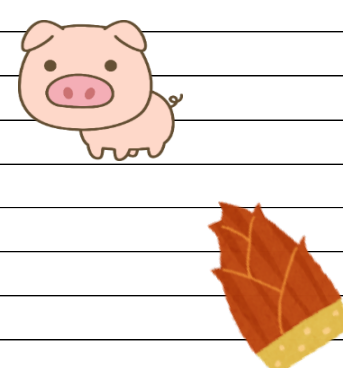
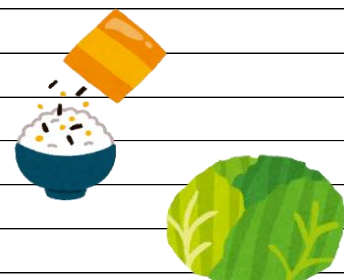
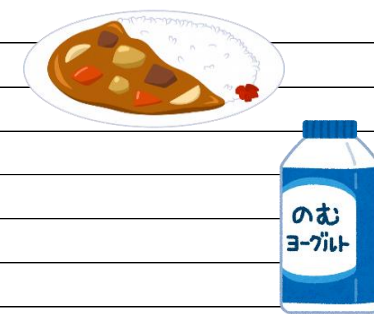
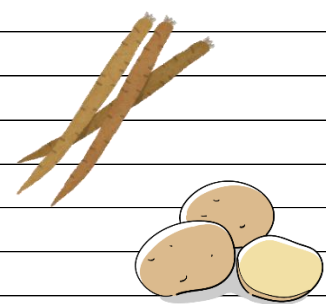
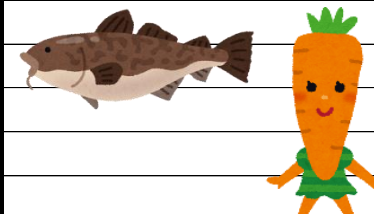
こどもの日

5月5日は男の子の健康と成長
を祝う日で、「端午の節句」

ともいわれています。

鯉のぼりや五月人形を飾り、
柏餅やちまきを食べて祝いま
す。

鯉のぼりを飾るようになった
のは江戸時代からです。当時、
武家に男の子が生まれるとの
ほりを立てる風習があり、や
がて出世の象徴の鯉のぼりに
変化をして一般に広まりまし
た。

5月9日（金）		5月12日（月）		5月13日（火）		5月14日（水）		5月15日（木）		5月16日（金）	
【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【飲むヨーグルト】		【牛乳】		【牛乳】	
★牛乳		★牛乳		★牛乳		★コアコアのむヨーグルト		★牛乳		★牛乳	
【ごはん】		【ごはん】		【ごはん】		【ポークカレー】		【ごはん】		【ハムピラフ】	
金賞健康米		金賞健康米		金賞健康米		金賞健康米		金賞健康米		金賞健康米	
【チキン南蛮】		【豚キムチ】		【ふりかけ（のりかつお）】		豚もも肉		【鶏じゃが】		塩	
鶏もも肉		豚もも肉		やさしいふりかけ（のりかつお）		米油		鶏もも肉		こしょう	
こしょう		ごぼう		【五目旨煮】		にんにく		鶏むね肉（皮付き）		チキンコンソメ	
かたくり粉		にんじん		鶏もも肉		玉葱		米油		玉葱	
米揚げ油		はくさい（キムチ漬け）		じゃがいも		じゃがいも		系こんにやく		にんじん	
さとう		白ねぎ		玉葱		カレー粉		じゃがいも		グリーンピース（冷凍）	
こいくちしょうゆ		さとう		にんじん		にんじん		玉葱		パプリカ赤	
醸造酢		こいくちしょうゆ		だいこん		S&Bカレーフレーク（アレルギーフリー）		にんじん		ポークハム	
【エッグケア（卵不使用マヨネーズ）】		酒		あつあげ		ハウスカレーフレーク（アレルギーフリー）		さんどまめ（冷凍）		オリーブ油	
エッグケア（卵不使用マヨネーズ）		みりん		板こんにやく		チキンコンソメ		かつお昆布だし		【魚のマヨカレー焼き】	
【青菜のみそ汁】		ごま油		むきえだまめ（冷凍）		ウスターソース		だし昆布		たら	
		白ごま		かつお昆布だし		トマトピューレ		削り節		塩	
		トウバンジャン		だし昆布		こいくちしょうゆ		うすくちしょうゆ		こしょう	
		【ビーフンとチンゲン菜のスープ】		削り節		濃厚ソース		こいくちしょうゆ		にんにく	
		鶏ミンチ肉		うすくちしょうゆ		赤ワイン		さとう		ノンエッグマヨネーズ	
		ビーフン		こいくちしょうゆ		【青菜とコーンのサラダ】		酒		カレー粉	
		たけのこ（水煮）		さとう		キャベツ		みりん		発芽玄米フレーク	
		にんじん		酒		ほうれんそう				【コーンクリームスープ（粒入り）】	
		干し椎茸		みりん		ホールコーン（冷凍）		【ごぼうのあまから揚げ】		ベーコン	
		チンゲン菜		【和風サラダ】		塩		ごぼう		はくさい	
		塩		糸かまぼこ		こしょう		米粉		玉葱	
		こしょう		キャベツ		ノンエッグマヨネーズ		こいくちしょうゆ		にんじん	
		うすくちしょうゆ		にんじん				さとう		ホールコーン（冷凍）	
		酒		わかめ				みりん		コーンクリーム缶	
		みりん		白ごま				白ごま		米油	
		とりがらだし		こいくちしょうゆ						白ワイン	
		とりガラ		醸造酢						チキンコンソメ	
		かたくり粉		みりん						アレルギーフリー-シュ-フレーク	
				米油						塩	
										こしょう	
											
817kcal		716kcal		702kcal		783kcal		754kcal		735kcal	

食べるようにしましょう！