



5月給食だより

2022年

雲南市加茂学校給食センター

こんげつ きゅうしょくもくひょう
今月の給食目標

かんじや た
：感謝して食べよう

みなさんは、どんな気持ちで食事のあいさつをしていますか？
また、食べる姿勢や、食事の準備や片付け方はどうですか？
給食は、たくさんの食べ物を、たくさんの人たちが関わることで
みなさんのところへ届けられることができます。

給食に使われている食べ物や、給食に関わる人のことを想って、「ありがとう」の気持ちが伝わるような、食事のあいさつや食べる姿勢、

準備・片付けができると、もっと給食がおいしく、気持ちのよい時間になります。

しょくじ
食事のあいさつ



た しせい
食べる姿勢



かた
片づけ



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
2 豚丼 牛乳 ブロッコリーのおかかあえ だんご汁 エネルギー (kcal) 幼 473 小 595 中 730	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 こどもの日献立 わかめごはん 牛乳 照り焼きハンバーグ キャベツのごまマヨあえ わかたけしる 若竹汁 エネルギー (kcal) 幼 565 小 628 中 781	
9 むぎごはん 牛乳 豚肉と厚揚げのスパナ炒め 梅かつおあえ 豆腐となめこのみそ汁 かしわもち エネルギー (kcal) 幼 483 小 702 中 843	10 むぎごはん 牛乳 スパイシーチキン グリーンサラダ お豆のポターージュ エネルギー (kcal) 幼 537 小 666 中 844	11 やさしば寿司 牛乳 ネギ入り厚焼きたまご ほうれん草とコンの和え物 まいたけのすまし汁 エネルギー (kcal) 幼 503 小 605 中 735	12 カレーうどん 牛乳 キャベツ入り平つくね ワカメとキャベツの酢のもの 豆乳プリンタルト エネルギー (kcal) 幼 527 小 614 中 710	13 雲南☆まいもんの日 むぎごはん 牛乳 ホキのお茶風味焼き 切りほいたいこん 切干大根とツナの和え物 なげのこ 筍ぐんぐん春野菜のみそ汁 エネルギー (kcal) 幼 455 小 570 中 695	
16 むぎごはん 牛乳 サケの若草焼き ブロッコリーのマリネ 豚肉とアスパラの豆乳みそ汁 エネルギー (kcal) 幼 499 小 614 中 751	17 むぎごはん 牛乳 ポークジンジャー こんにやくサラダ ビーフンスープ エネルギー (kcal) 幼 476 小 584 中 725	18 むぎごはん 牛乳 さばの塩焼き あすっこのごまあえ 厚揚げのみそ汁 エネルギー (kcal) 幼 521 小 645 中 752	19 みそラーメン 牛乳 蒸しぎょうざ(幼小2コ,中3コ) パンサンスー エネルギー (kcal) 幼 463 小 600 中 745	20 むぎごはん 牛乳 鶏肉と大豆のみそダレかけ 納豆あえ けんちん汁 エネルギー (kcal) 幼 485 小 605 中 740	
23 むぎごはん 牛乳 豚肉と根菜のきんぴら じゃこ昆布和え たまねぎと油揚げのみそ汁 エネルギー (kcal) 幼 481 小 600 中 735	24 コッペパン 牛乳 ブルーベリージャム じゃがいものミートソース コーンサラダ コンソメスープ エネルギー (kcal) 幼 479 小 595 中 695	25 むぎごはん 牛乳 あじの香味焼き ★納豆サラダ 豚汁 エネルギー (kcal) 幼 494 小 609 中 750	26 むぎごはん 牛乳 チキンカレー キャベツメンチカツ カラフルサラダ エネルギー (kcal) 幼 599 小 716 中 896	27 むぎごはん 牛乳 ★鶏肉のごまみそレモン わかめ入りナムル にら卵スープ エネルギー (kcal) 幼 535 小 670 中 830	
30 むぎごはん 牛乳 豆腐ハンバーグきのこソース ほうれん草とコンの和え物 じゃがいものみそ汁 エネルギー (kcal) 幼 519 小 616 中 750	31 むぎごはん 牛乳 豚肉のケチャップ炒め ひじきのマリネ コーンポターージュスープ エネルギー (kcal) 幼 525 小 675 中 880	「雲南☆まいもんの日」 5月「雲南☆まいもんの日」のみそ汁は、 「筍ぐんぐん春野菜のみそ汁」です。 ぐんぐん伸びる筍のように、みなさんの心と体も ぐんぐん成長するようお願いを込めて作ります。 また、「ホキのお茶風味揚げ」には、雲南市で できた、「新茶」を衣に混ぜて料理します。			今月の 地元食材 こめ、ぎょうちゅう だいこん、きゃべつ、 たまねぎ、きゅうり、 ごまつな、きめさや、 ほうれんそう、おちや たまご、だいず

*都合により、献立の一部を変更することがあります。

★雲南市内の保育園の人気メニューが登場します★

小学校1年生のみなさんは、学校生活に慣れましたか？ 今月は保育園の人気メニューが登場します。

「給食が楽しみ♪」「おいしい！」と思ってもらえたらうれしいです。「★」マークの料理が保育園の人気メニューです。お楽しみに♪

