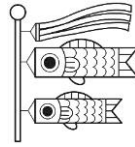
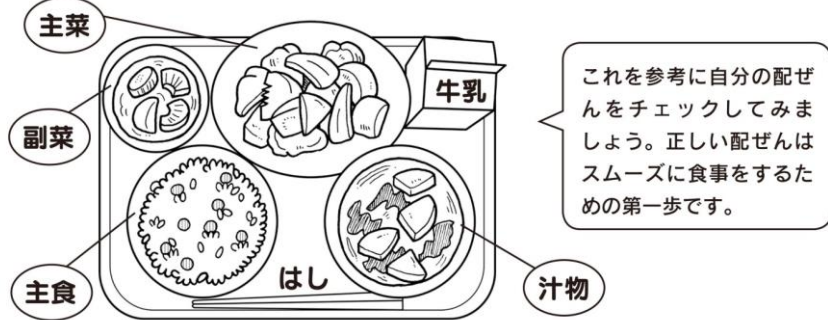


# 給食だより 5月



新緑が美しいさわやかな季節になりました。そろそろ新しい校舎や学年に慣れたでしょうか。給食のルールやマナーを覚えていますか？ 忘れた人は食堂に掲示していますのでもう一度確認しましょう。マナーを守って楽しい給食時間になるようにしてください。

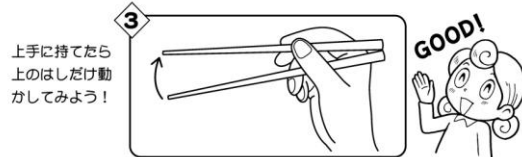
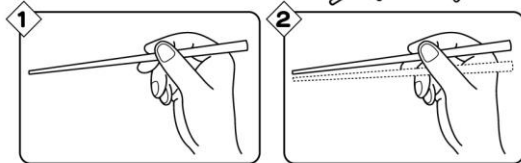
## 配ぜん 正しい置き方をしていますか？



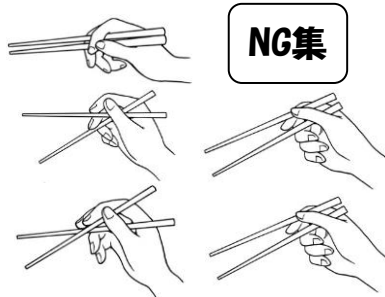
これを参考に自分の配ぜんをチェックしてみましょう。正しい配ぜんはスムーズに食事をするための第一歩です。

はしを正しく持ちましょう！

## はしの持ち方 レッスン！



はしの使い方や配膳の仕方がきちんとしていると料理が食べやすく、周りにも好印象を与えます。まちがったはしの持ち方では、食べ物をこぼしたり、上手にはさめないため、見苦しい食べ方になってしまいます。正しいはしの持ち方や配膳の仕方を身につけましょう！



## 予定献立表

	5月1日(火)	5月2日(水)	5月3日(木)	5月4日(金)
	ご飯 豚肉のピリ辛焼き ココロきんぴら みそ汁	ご飯 あじフライ 水菜のサラダ ポトフ	憲法記念日	みどりの日
	エネルギー727kcal 蛋白質33.2g 脂質16.2g	エネルギー900kcal 蛋白質31.0g 脂質30.6g		
5月7日(月)	5月8日(火)	5月9日(水)	5月10日(木)	5月11日(金)
ご飯 のしどり ほうれん草のごまあえ 若竹汁 バナナ	しょうゆラーメン ギョウザ フルーツジュレ	エビピラフ マカロニサラダ かぼちゃと豆のスーフ ミルクコーヒー	ご飯 さばのみそ煮 小松菜の炒め物 うーめん汁	親子丼 白和え みそ汁
エネルギー772kcal 蛋白質34.1g 脂質17.7g	エネルギー794kcal 蛋白質32.9g 脂質21.6g	エネルギー904kcal 蛋白質28.5g 脂質29.4g	エネルギー806kcal 蛋白質37.3g 脂質21.5g	エネルギー811kcal 蛋白質35.6g 脂質21.6g
5月14日(月)	5月15日(火)	5月16日(水)	5月17日(木)	5月18日(金)
わかめご飯 かつおの南蛮漬け かぼちゃの甘煮 みそけんちん汁	麦ご飯 ボークカレー フルーツの ヨーグルトあえ	ご飯 マーボー豆腐 棒々鶏 エビボールスープ	生徒交流会	バターロールパン ハンバーグきのこソース 温野菜 ポタージュスープ アセロラゼリー
エネルギー874kcal 蛋白質34.9g 脂質21.3g	エネルギー928kcal 蛋白質28.6g 脂質26.0g	エネルギー820kcal 蛋白質36.3g 脂質19.9g		エネルギー922kcal 蛋白質33.9g 脂質37.3g
5月21日(月)	5月22日(火)	5月23日(水)	5月24日(木)	5月25日(金)
<誕生日給食> 鶏ごぼうご飯 ささかまのしょうが焼き ひじきのサラダ みそ汁	ホイコウロウ丼 中華サラダ チンゲン菜と 豆腐のスーフ マンゴープリン	ご飯 鮭の香味焼き 新じゃがの煮っころがし みそ汁	チキンライス メンチカツ ほうれん草と 卵のスーフ	ご飯 豚肉のマスタード焼き 小松菜と白菜の煮びたし みそ汁 バナナ
エネルギー743kcal 蛋白質34.7g 脂質20.1g	エネルギー775kcal 蛋白質27.5g 脂質22.3g	エネルギー754kcal 蛋白質34.3g 脂質13.7g	エネルギー855kcal 蛋白質31.3g 脂質25.6g	エネルギー760kcal 蛋白質33.6g 脂質14.4g
5月28日(月)	5月29日(火)	5月30日(水)	5月31日(木)	※牛乳は毎日つきま す。  ※行事・天候等によ り献立が変更になる 場合があります。
ご飯 豚肉のしょうが炒め キャベツの ピーナッツあえ さつまいも汁	スバゲティ ミートソース 花野菜のサラダ キウイフルーツ	ご飯 田舎風おでん ゆで豚のごまだれあえ みそ汁	ご飯 五目卵焼き 豆もやしの中華あえ 肉団子スープ	
エネルギー824kcal 蛋白質33.6g 脂質18.2g	エネルギー873kcal 蛋白質36.2g 脂質26.7g	エネルギー824kcal 蛋白質35.3g 脂質22.7g	エネルギー752kcal 蛋白質30.5g 脂質23.3g	