

# 5月 きゅうしよくカレンダー



おうみはちまんしがっこうきゅうしよくセンター




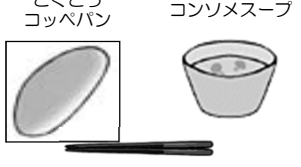
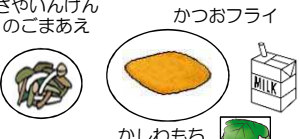



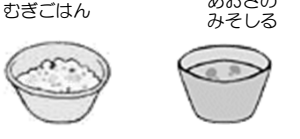


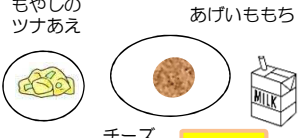
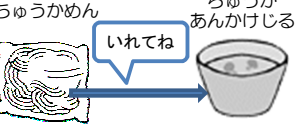
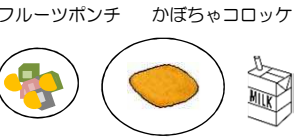


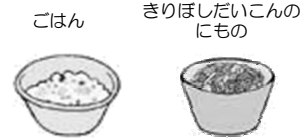

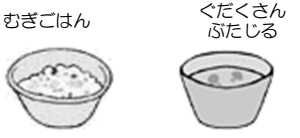


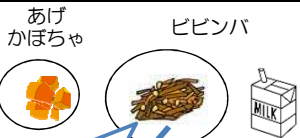
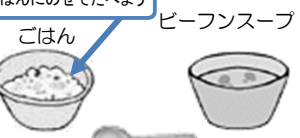

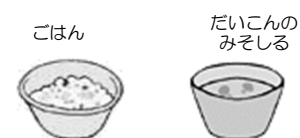

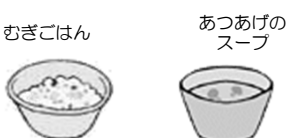



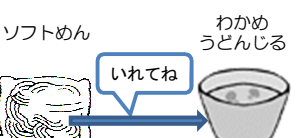

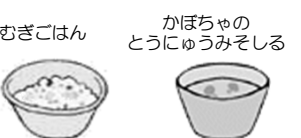


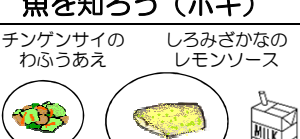







ちゅうがっこう  
【中学校】

## 今月のめあて

### 食べ物のはたらきを知ろう

★食べ物の名前やはたらきを確認しよう



		1日(水)	2日(木)	3日(金)
		旬の食材 (アスパラガス) アスパラサラダ    とりにくのマスタードやき  こくとうコッパン    コンソメスープ 	端午の節句献立 ざやいんげんのごまあえ    かつおフライ  ごはん    かしわもち    わかたけじる 	憲法記念日 
6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
振替休日	旬の食材 (ごぼう) きんぴらごぼう    おろしとうふハンバーグ  きんときまめに    あおさのみそしる 	食育の日・はちまんの日 あかこんとピーマンのみそいため    わかさぎのいそべからあげ  ごはん    すりみだんごとやさいのにも 	エネルギーのもとになる食べ物 もやしのツツあえ    あげいもち  チーズ    ちゅうかめん    ちゅうかあんかけじる 	旬の食材 (春キャベツ) フルーツポンチ    かぼちゃコロッケ  クロワッサン2コ    はるキャベツのコンソメに 
	体をつくる食べ物 ほうれんそうのかつおあえ    ぶたにくのみそがらめ  ごはん    きりほしだいこんのもの 	減塩の日 ひじきまめに    さばのぼんすかけ  むぎごはん    くだくさんぶたじる 	楽しくおいしく食べよう キャベツのカレーソテー    やきウインナー  コッパン    コーンスープ 	ごはんをしっかり食べよう あげかぼちゃ    ビビンバ  ごはん    にごはんにせてたべよう    ビーフンスープ 
13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
和食の日 じゃがいものゴマドレあえ    あじのしょうがに  ごはん    だいこんのみそしる 	料理を知ろう (チリソース) きゅうりのちゅうかあえ    にくだんごのチリソース  むぎごはん    あつあげのスープ 	かみかみの日 こんぶのいために    さわらのみそだれかけ  ごはん    しらたまじる 	給食のソフトめんについて知ろう キャベツとぶたにくのしおこうじいため    かきあげ  ソフトめん    わかめうどんじる 	旬の食材 (にら) たけのこのかつおいため    ならいりたまごやき  むぎごはん    かぼちゃのとうにゅうみそしる 
20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
残さず食べよう はるさめサラダ    やきぎょうざ  ごはん    ホイコーロー 	魚を知ろう (ホキ) チンゲンサイのわふうあえ    しろみぎかなのレモンソース  むぎごはん    だいこんのカレーに 	給食のパンについて知ろう パプリカサラダ    ポテトカップグラタン  コッパン    トマトスープ 	バランスよく食べよう ごほうとツナのサラダ    ささみてんぷら  ごはん    かきたまじる 	おはしを上手に使う もやしのつぼつけあえ    さけのこうみだれ  むぎごはん    ぶたじゃが 
27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)