

た　だ　し　く　は　い　ぜ　ん　し　ょ　う					
		指導事項 ていがくねん 中　学　年 高　学　年	○ただししいょっきのならべかたがわかる ○正しい食器の並べ方で食事をする事ができる ○効率の良い配膳方法を考えることができる	○かくにんすることができる ○声かけができる ○相手を思いやる配膳ができる	
・2日(火)【遠足の日】 ・29日(月)【運動会振替休日】 この日は給食中止となります。					
日	こんだてめい	お　も　な　し　ょ　く　ひ　ん			えいようか
		おもにエネルギーのもとになる	おもにからだをつくるもとになる	おもにからだのちょうしをととのえるもとになる	
1 (月)	ミルクコッペパン スパゲティナポリタン　あまなつサラダ こどものひぜりー　ぎゅうにゅう	ミルクパン　スパゲティ　なたねあぶら ゼリー	ぎゅうにゅう　ベーコン　チーズ	たまねぎ　にんじん　ぶなしめじ　ピーマン にんにく　キャベツ　きゅうり　ひゅうがなつ あまなつみかん	エネルギー　619 kcal たんぱく質　20.2 g 脂質　18.6 g 食塩相当量　2.8 g
2 (火)	 かんげいえんそく 				
8 (月)	むぎごはん ハヤシライス　アメリカンサラダ ぎゅうにゅう	こめ　むぎ　じゃがいも　なたねあぶら はくりきこ　バター　ポテトチップス さとう	ぎゅうにゅう　ぎゅうにく　なまクリーム ハム	たまねぎ　にんじん　グリーンピース　にんにく キャベツ　きゅうり	エネルギー　651 kcal たんぱく質　19.5 g 脂質　20.6 g 食塩相当量　2.3 g
9 (火)	しろごはん　しろみぎかなのこうみソース やさしいためもの ベーコンとじゃがいものスープ　ぎゅうにゅう	こめ　さとう　ゴマあぶら　なたねあぶら じゃがいも　でんぷん	ぎゅうにゅう　ホキ　ベーコン	しょうが　にんにく　ねぎ　キャベツ　にんじん ピーマン　たまねぎ　こまつな	エネルギー　521 kcal たんぱく質　19.7 g 脂質　12.1 g 食塩相当量　2.1 g
10 (水)	こめコパン チキンピーンズ　チーズサラダ オレンジ　ぎゅうにゅう	こめコパン　じゃがいも　なたねあぶら さとう	ぎゅうにゅう　だいず　とりにく　とうにゅう ハム　チーズ	たまねぎ　にんじん　グリーンピース　キャベツ きゅうり　ネーブルオレン	エネルギー　680 kcal たんぱく質　30.5 g 脂質　21.6 g 食塩相当量　3.3 g
11 (木)	しろごはん じゃがいものそばろに　ひじきサラダ スクールおちゃばつぱ　ぎゅうにゅう	こめ　じゃがいも　さとう　でんぷん なたねあぶら　しろごま　ゴマあぶら	ぎゅうにゅう　とりにく　まぐろ　めひじき だいず	しょうが　にんじん　たまねぎ　しいたけ いんげん　キャベツ	エネルギー　606 kcal たんぱく質　21.3 g 脂質　15.5 g 食塩相当量　1.7 g
12 (金)	しろごはん さばのしょうがに　きんぴらごぼう とうふのみそしる　ぎゅうにゅう	こめ　しろごま　ゴマあぶら　さとう	ぎゅうにゅう　さば　てんぷら　とうふ あぶらあげ　あわせみそ	ごぼう　こんにやく　にんじん　いんげん たまねぎ　ねぎ　ぶなしめじ	エネルギー　632 kcal たんぱく質　23.1 g 脂質　21 g 食塩相当量　2.7 g
15 (月)	キャロットパン きんときまめコロッケ　フレンチサラダ マロニースープ　ぎゅうにゅう	キャロットパン　だいずあぶら　さとう マロニー　なたねあぶら	ぎゅうにゅう　ハム　とりにく　きんときまめ	キャベツ　きゅうり　コーン　にんじん　たまねぎ えのきたけ　こまつな	エネルギー　694 kcal たんぱく質　21.1 g 脂質　30.8 g 食塩相当量　2.2 g
16 (火)	しろごはん さばのしおやき　さやいんげんのソテー ぐだくさんみそしる　ぎゅうにゅう	こめ　なたねあぶら　じゃがいも	ぎゅうにゅう　さば　ベーコン　あつあげ あわせみそ	さやいんげん　キャベツ　えのきたけ　たまねぎ にんじん　ねぎ	エネルギー　613 kcal たんぱく質　25.4 g 脂質　20.2 g 食塩相当量　2.4 g
17 (水)	こくとうコッペパン とりにくとアスパラガスのクリームに かいそうサラダ　みかんジュース　ぎゅうにゅう	こくとうパン　じゃがいも　はくりきこ バター　なたねあぶら　しろごま　さとう ゴマあぶら	ぎゅうにゅう　とりにく　いんげんまめ　チーズ なまクリーム　とうにゅう　かいそう　やきちくわ	たまねぎ　にんじん　アスパラ　キャベツ きゅうり　みかんかじゅう	エネルギー　659 kcal たんぱく質　24.6 g 脂質　22.6 g 食塩相当量　2.6 g
18 (木)	むぎごはん ポークカレー　フルーツしらたま ぎゅうにゅう	こめ　むぎ　じゃがいも　なたねあぶら はくりきこ　バター　カラフルボール カクテルゼリー	ぶたにく　チーズ　とうにゅう　ぎゅうにゅう	たまねぎ　にんじん　グリーンピース　にんにく りんご　みかん　パイン　おうとう	エネルギー　695 kcal たんぱく質　18.7 g 脂質　18.1 g 食塩相当量　1.7 g
19 (金)	【食育の日】 すきやきごはん いもあべかわ【福井県郷土料理】 きゅうりとわかめのすのものの ワンタンスープ　ぎゅうにゅう	こめ　さとう　だいずあぶら　なたねあぶら おじゃがもちボール　しろごま　ワンタン ゴマあぶら	ぎゅうにく　ぎゅうにゅう　きなこ　わかめ	たまねぎ　にんじん　こんにやく　きゅうり キャベツ　もやし　ぶなしめじ　チンゲンサイ	エネルギー　564 kcal たんぱく質　18.1 g 脂質　12.2 g 食塩相当量　2.6 g
22 (月)	むぎごはん ぶたニラどんのぐ　はるさめスープ ぎゅうにゅう	こめ　むぎ　なたねあぶら　でんぷん ゴマあぶら　はるさめ	ぎゅうにゅう　ぶたにく　つくね	しょうが　にんにく　たまねぎ　にんじん　にら しいたけ　チンゲンサイ　ねぎ	エネルギー　577 kcal たんぱく質　20.9 g 脂質　18 g 食塩相当量　1.7 g
23 (火)	しろごはん きびなごフライ　ひじきのいりに あつあげのみそしる　ぎゅうにゅう	こめ　なたねあぶら　さとう　じゃがいも	ぎゅうにゅう　きびなご　めひじき　あぶらあげ だいず　あつあげ　あわせみそ	にんじん　いんげん　キャベツ　たまねぎ ねぎ	エネルギー　626 kcal たんぱく質　21 g 脂質　19.1 g 食塩相当量　2.3 g
24 (水)	【朝ごはんおすすめ献立】 せわりパン ウインナー　ゆでやさ コーンクリームスープ　ヨーグルト ぎゅうにゅう	パン　なたねあぶら　じゃがいも	ぎゅうにゅう　ウインナー　ベーコン　とうにゅう しろいんげん　チーズ　ヨーグルト	キャベツ　きゅうり　にんじん　たまねぎ　コーン パセリ	エネルギー　731 kcal たんぱく質　27.8 g 脂質　29.2 g 食塩相当量　3.4 g
25 (木)	しろごはん にくじゃが　こまつなともやしのごまあえ なつとう　ぎゅうにゅう	こめ　じゃがいも　なたねあぶら　さとう しろごま	ぎゅうにゅう　ぶたにく　なつとう	たまねぎ　にんじん　しらたき　いんげん こまつな　もやし	エネルギー　640 kcal たんぱく質　24 g 脂質　16.5 g 食塩相当量　1.9 g
26 (金)	むぎごはん あつあげのちゅうかに　ツナサラダ みかんジュース　ぎゅうにゅう	こめ　むぎ　なたねあぶら　ゴマあぶら でんぷん　さとう	ぎゅうにゅう　あつあげ　ぶたにく　うずらたまご まぐろ　わかめ	にんじん　たまねぎ　ねぎ　ぶなしめじ たけのこ　にんにく　しょうが　レモンじる キャベツ　きゅうり　みかんかじゅう	エネルギー　678 kcal たんぱく質　25.4 g 脂質　21.8 g 食塩相当量　1.6 g
29 (月)	 ふ　り　か　え　き　ゅう　じ　つ 				
30 (火)	わかめごはん きつねうどん　きゅうりのうめあえ ぎゅうにゅう	こめ　うどん　さとう　しろごま	わかめ　ぎゅうにゅう　とりにく　あぶらあげ しらすぼし	たまねぎ　にんじん　しいたけ　ねぎ　きゅうり もやし　ばいにく	エネルギー　564 kcal たんぱく質　21.3 g 脂質　16 g 食塩相当量　3.0 g
31 (水)	チーズパン　さけのパンこやき じゃがいもとコーンのソテー　やさいスープ ぎゅうにゅう	チーズパン　パンこ　オリーブあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう　さけ　ベーコン　とりにく	にんにく　コーン　たまねぎ　キャベツ　にんじん セロリー　パセリ	エネルギー　651 kcal たんぱく質　33.5 g 脂質　25.8 g 食塩相当量　2.8 g

※入荷の都合により献立および材料の一部を変更することがあります。
 ※毎月19日は食育の日。家庭や学校で食べ物や食について考える日です。今年度は、食育の日または、その前後の日に郷土料理を実施しています。
 5月の給食では、19日(金)に福井県の郷土料理「いもあべかわ」を実施します。



5月5日
こどもの日



(端午(たんご)の節句(せっく))

5月5日に行われる節句で、端午の節句や菖蒲(しょうぶ)の節句ともいわれます。菖蒲湯(しょうぶゆ)に入ったり、こいのぼりや武者人形を飾ったりします。
 また、ちまきやかしわもちを食べたりします。

