



5月こんだてひょう



舞鶴市立新舞鶴小学校

<p>5月の きゅうしょくも くひょう</p> <p>「のぞまいたべ かたをしよう」</p>	<p>1(火) えんそく</p> <p>お弁当をお願いします。</p> 	<p>2(水) </p> <p>わかめごはん</p> <p>こうやどうふのたまごとじ</p> <p>じゃがいものみそしる</p> <p>遠足予備日</p> <p>1日に遠足ができなかった場合は2日の食材を止めるのでお弁当を持参してください。</p>	<p>3(木) 憲法記念日</p> 	<p>4(金) みどりの日</p> 
<p>7(月) </p> <p>むぎごはん・ふりかけ</p> <p>にくじゃが</p> <p>こまつなのごまあえ</p> <p>〈小松菜〉</p> <p>小松菜にはカルシウムがたくさん入っています。</p> 	<p>8(火) </p> <p>きなこあげパン</p> <p>ごますあえ </p> <p>かきたまじる </p> <p>〈ごま酢和え〉</p> <p>ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、にんじんが入ります。</p>	<p>9(水) </p> <p>ごもくチャーハン</p> <p>さかなのぴりからやき</p> <p>わかめスープ</p> <p>〈さかなのピリ辛焼き〉</p> <p>魚にニンニク、ショウガ、砂糖、しょうゆ、酒、豆板醤で下味をし、オープンで焼きます。</p>	<p>10(木) </p> <p>こくとうパン</p> <p>こめことうにゅうシチュー</p> <p>ポパイサラダ</p> <p>〈ポパイサラダ〉</p> <p>ほうれん草のサラダです。ポパイは、ほうれん草を食べると強くなるアニメの主人公の名前です。</p>	<p>11(金) </p> <p>ごはん</p> <p>キーマカレー </p> <p>やさいチップス</p> <p>〈やさいチップス〉</p> <p>さつまいもごぼう </p>
<p>14(月) </p> <p>むぎごはん </p> <p>さばのみそに</p> <p>じゃがいものそぼろに</p> <p>〈さばのみそに〉</p> <p>魚が嫌いでも給食のさばのみそには好きな子どもが多いです。人気のある魚料理です。</p>	<p>15(火) </p> <p>こがたパン・いちごジャム</p> <p>やきそば・そらまめ</p> <p>フルーツヨーグルト</p> <p>〈そらまめ〉</p> <p>2年生にそらまめのさやむきをしてもらう予定です。全校分で30キロのそらまめです。塩茹でします。</p>	<p>16(水) </p> <p>たけのこごはん</p> <p>ちくわのいそべあげ</p> <p>ぶたじる</p> <p>〈たけのこごはん〉</p> <p>たけのこ、鶏肉、油揚げをさとうとしょうゆで味付けて、ごはんにまぜます。</p>	<p>17(木) </p> <p>ミートサンド </p> <p>ABCスープ</p> <p>おちゃまめ</p> <p>〈お茶豆〉</p> <p>新茶の季節です。大豆にでんぷんを付けて揚げてから抹茶きなこを付けました。</p>	<p>18(金) </p> <p>ごはん・そくせきづけ</p> <p>ぶたにくのカリンあげ</p> <p>ちゅうかスープ</p> <p>〈豚肉のカリン揚げ〉</p> <p>豚肉は棒状に切る。土しょうがしょうゆで下味を付け、揚げる。砂糖、しょうゆでたれを作り、からめてからごまをふる。</p>
<p>21(月) </p> <p>むぎごはん</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>きりばしだいこんのナムル</p> <p>〈切り干し大根のナムル〉</p> <p>切り干し大根、もやし、きゅうり、にんじんを中華ドレッシングであえています。</p>	<p>22(火) </p> <p>パン </p> <p>ポークビーンズ</p> <p>パインサラダ </p> <p>豆を柔らかくゆで豚肉、じゃがいもにんじんと一緒にケチャップで味付けます。</p>	<p>23(水) </p> <p>えんどうごはん </p> <p>アジのあまずあんかけ</p> <p>たまねぎのみそしる</p> <p>今年も1年生にえんどうのさやむきをしてもらいます。全校分18キロのえんどうです。春の美味しい味です。残さず食べましょう。</p>	<p>24(木) </p> <p>あじつけパン</p> <p>マカロニグラタン</p> <p>レタスとトマトのスープ</p> <p>〈レタスとトマトのスープ〉</p> <p>レタスのスープにトマトを入れてあります。さっぱり味のスープです </p>	<p>25(金) </p> <p>ごはん </p> <p>とりにくのつくね</p> <p>みだくさんのみそしる</p> <p>〈みだくさんのみそ汁〉</p> <p>油揚げ、じゃがいも、小松菜、たまねぎ、にんじん、麩の入ったみそ汁です。</p>
<p>28(月) </p> <p>むぎはん・キムチあえ</p> <p>とりにくのてりやき</p> <p>さつまじる</p> <p>〈とりの照り焼き〉</p> <p>とりのもも肉に砂糖、しょうゆ、酒、ごま油で下味をつけオーブンで焼きます。</p>	<p>29(火) </p> <p>パン・そえキャベツ</p> <p>イワシのごまフライ</p> <p>ミネストローネ </p> <p>23日のアジ 今日のアジは舞鶴で水揚げされた魚です。</p>	<p>30(水) </p> <p>ドライカレー </p> <p>たまごスープ</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>〈たまごスープ〉</p> <p>コンソメ味の卵スープです。豆腐、にんじん、しめじ、ほうれん草が入ります。</p>	<p>31(木) </p> <p>ミルクパン </p> <p>ナポリタンスパゲティ</p> <p>グリーンサラダ</p> <p>〈ナポリタンスパゲティ〉</p> <p>今が旬のアスパラや、なすの入ったケチャップ味のスパゲティです。</p>	<p>おはしは正しく持てますか？</p>  