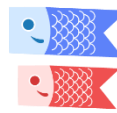


# 令和4年5月 給食献立表



| 日<br>曜日 | 朝おやつ        | 給食                                | おやつ                 | 主な材料                                    |                                     |   | 一口メモ  |
|---------|-------------|-----------------------------------|---------------------|---|-------------------------------------|---|---|
|         |             |                                   |                     | 血や肉、骨をつくる                               | 熱や力となる                              | 調子を整える                                  |   |
| 1       |             |                                   |                     |   |                                     |   |   |
| 2       | 牛乳<br>クッキー  | 魚の竜田揚げ<br>ピーナッツ和え<br>味噌汁          | 牛乳<br>ヨーグルト<br>ゼリー  | 白身魚、牛乳、ヨーグルト、厚揚げ、ゼラチン                   | 油、片栗粉、粉ピーナッツ、米                      | キャベツ、人参、もやし、玉ねぎ、いちごジャム                  |   |
| 3       |             | 憲法記念日                             |                     |   |                                     |   |   |
| 4       |             | みどりの日                             |                     |   |                                     |   |   |
| 5       |             | こどもの日                             |                     |   |                                     |   |   |
| 6       | 牛乳<br>せんべい  | かぼちゃのどぼろ煮<br>キャベツのごま和え<br>ふりかけ    | 牛乳<br>もちもちパン        | 牛肉、豚ひき肉、桜エビ、いりご、かつお節、牛乳                 | 砂糖、すりごま、米、白玉粉、ミックステ粉                | 南瓜、玉ねぎ、にんじん、しいたけ、いんげん、キャベツ、もやし、あめり      | 端午の節供にまつわるもの  |
| 7       |             | たんめん                              | せんべい                | 豚肉                                      | 中華麺、砂糖                              | 玉ねぎ、もやし、人参、キャベツ、筍、にら                    | ★しょうぶ<br>しょうぶの形が刀に似ていること、邪気を祓うような爽やかな香りを持つことから、男子にとって縁起の良い植物とされ、武士が台頭してからは「勝負」の音につづるので「尚武」という字が当てられるようになりました。 |
| 8       |             |                                   |                     |   |                                     |   |   |
| 9       | 牛乳<br>クッキー  | ポトフ<br>海藻サラダ                      | 牛乳<br>チーズ人参<br>蒸しパン | ウインナー、牛乳、フロセスチーズ                        | じゃがいも、ごま油、米、ミックステ粉                  | 玉ねぎ、人参、キャベツ、わかめ、せうり、えのび、コーン、オクラ         | ★ちまき<br>中国の伝説では、楚の愛国者だった政治家で詩人の屈原が、5月5日にべきらこうで入水自殺した後、遺体が魚に食べられないように笹の葉で包んだ米の飯を川に投げ入れたのが起源とされています。            |
| 10      | 牛乳<br>丸ボーロ  | ハンバーグ<br>マカロニサラダ<br>野菜スープ         | フルーツ<br>ヨーグルト       | 合いびき肉、レバー、卵、牛乳、ハム、ウインナー                 | パン粉、砂糖、マカロニ、マヨネーズ、米                 | 玉ねぎ、人参、ケチャップ、せうり、キャベツ、もやし、オレングジュース、粉あま  | ★柏もち<br>柏の葉は、新芽が出ないと古い葉が落ちないという特徴があるので、これを「子供が産まれるまで親は死なない」＝「家系が途絶えない」という縁起に結びつけ、「柏の葉」＝「子孫繁栄」との意味を持ちます。       |
| 11      | 牛乳<br>クラッカー | 親子丼<br>オクラのごま和え                   | 牛乳<br>じゃがいももち       | 卵、鶏肉、牛乳、ピザ用チーズ                          | 砂糖、すりごま、米、じゃがいも、マーガリン、片栗粉           | 玉ねぎ、人参、小松菜、オクラ、もやし                      |   |
| 12      | 牛乳<br>せんべい  | 魚のカラフル焼き<br>せうりの昆布和え<br>かきたま汁     | 牛乳<br>ココア<br>クッキー   | 白身魚、木綿豆腐、卵、牛乳                           | マヨネーズ、片栗粉、米、ミックステ粉、油、砂糖             | ピーマン、せうり、もやし、人参、塩昆布、玉ねぎ、えのび             |   |
| 13      | 牛乳<br>バナナ   | カレーシチュー<br>大根サラダ                  | 牛乳<br>ピーチケーキ        | 豚肉、レバー、ハム、牛乳、卵、スキムミルク                   | じゃがいも、マヨネーズ、米、薄力粉、三温糖               | 玉ねぎ、人参、大根、せうり、黄桃缶                       |   |
| 14      |             | 焼きそば                              | 丸ボーロ                | かまぼこ、豚肉                                 | 中華麺、油                               | 人参、キャベツ、ピーマン、玉ねぎ                        |   |
| 15      |             |                                   |                     |   |                                     |   |   |
| 16      | 牛乳<br>せんべい  | 筑前煮<br>フロッコリーサラダ                  | 牛乳<br>ココア<br>蒸しパン   | 鶏肉、高野豆腐、牛乳                              | 星芋、じゃがいも、ごぼう、しいたけ、こんにゃく、砂糖、米、ミックステ粉 | 大根、人参、れんこん、筍、ごぼう、しいたけ、フロッコリー、せうり、コーン    |   |
| 17      | 牛乳<br>ビスケット | ウインナーのキャッシュ<br>ほうれん草のツナ和え<br>味噌汁  | 牛乳<br>メロンパン<br>クッキー | ウインナー、卵、生クリーム、牛乳、ツナ缶、ピザ用チーズ、木綿豆腐、油揚げ、おど | 米、ミックステ粉、バター、グラニュー糖                 | ピーマン、しいたけ、ほうれん草、小松菜、人参、せうり、しめじ、大根       |   |
| 18      | 牛乳<br>ボーロ   | 八宝菜<br>ひじきとコーンの煮物                 | ウエハース<br>せんべい       | 豚肉、油揚げ                                  | 片栗粉、しらたき、ごま油、砂糖、米                   | 玉ねぎ、人参、もやし、白菜、筍、しいたけ、せくらげ、ヒジキ、コーン、いんげん  |   |
| 19      | 牛乳<br>クッキー  | 魚のバター醤油焼き<br>いんげんのごま和え<br>味噌汁     | 牛乳<br>マシュマロバー       | 鮭、油揚げ、みど、牛乳、卵                           | すりごま、じゃがいも、米、さつまいも、バター、砂糖           | いんげん、人参、キャベツ、おど                         |   |
| 20      | 牛乳<br>クラッカー | ハヤシシチュー<br>ポテトサラダ                 | 牛乳<br>どら焼き          | 牛肉、牛乳、卵、こしあん                            | 米、ミックステ粉、                           | 人参、玉ねぎ、マッシュルーム缶                         |   |
| 21      |             | スパゲティナポリタン                        | ビスケット               | ベーコン                                    | スパゲティ麺、油                            | 玉ねぎ、人参、ピーマン、ケチャップ                       |   |
| 22      |             |                                   |                     |   |                                     |   |   |
| 23      | 牛乳<br>ビスケット | 大豆とひじきの炒め煮<br>ゆで卵の和え物             | 牛乳<br>バナナの<br>きざ粉和え | 豚肉、油揚げ、水煮大豆、卵、牛乳                        | 砂糖、こんにゃく、マヨネーズ、米、じゃがいも              | 人参、ひじき、切り干し大根、ほうれん草、小松菜                 |   |
| 24      | 牛乳<br>ボーロ   | 鶏のから揚げ<br>れんこんサラダ<br>トマトスープ       | ムースゼリー              | 鶏肉、ウインナー、ハム、ゼラチン、牛乳、牛乳、生クリーム            | 油、片栗粉、マヨネーズ、すりごま、米、グラニュー糖           | にんにく、生葱、れんこん、人参、せうり、トマト、玉ねぎ、にら、オレングジュース |   |
| 25      | 牛乳<br>バナナ   | タイピーエン<br>ちくわともやしのナムル             | 牛乳<br>チーズ<br>まんじゅう  | 豚肉、ちくわ、牛乳、卵、クリームチーズ                     | 醤油、ごま油、米、ミックステ粉、砂糖                  | 人参、玉ねぎ、白菜、筍、ネギ、もやし、せうり                  |   |
| 26      | 牛乳<br>せんべい  | 魚のカレーマヨ焼き<br>ピーナッツ和え<br>豆腐とネギのスープ | 牛乳<br>ポパイ<br>ケーキ    | 白身魚、木綿豆腐、牛乳、卵                           | マヨネーズ、粉ピーナッツ、米、ミックステ粉、バター、砂糖        | キャベツ、もやし、人参、小松菜、玉ねぎ、白菜、ネギ、ほうれん草         |   |
| 27      | 牛乳<br>クラッカー | ☆お誕生会☆                            |                     |   |                                     |   |   |
| 28      |             | 半日保育<br>パンの日                      |                     |   |                                     |   |   |
| 29      |             |                                   |                     |   |                                     |   |   |
| 30      | 牛乳<br>せんべい  | クリームシチュー<br>五目色んぴら                | 牛乳<br>バナナケーキ        | 鶏肉、豚肉、牛乳、卵                              | じゃがいも、しらたき、油、いりごま、ごま油、ミックステ粉、バター    | 人参、玉ねぎ、ごぼう、枝豆                           |   |
| 31      | 牛乳<br>クッキー  | 麻婆豆腐<br>仲三条                       | 牛乳<br>ホットケーキ        | 合いびき肉、卵、牛乳、木綿豆腐、ハム                      | 醤油、ミックステ粉、砂糖、米                      | 人参、玉ねぎ、せうり                              |   |



## 端午の節供にまつわるもの

★しょうぶ  
しょうぶの形が刀に似ていること、邪気を祓うような爽やかな香りを持つことから、男子にとって縁起の良い植物とされ、武士が台頭してからは「勝負」の音につづるので「尚武」という字が当てられるようになりました。

★ちまき  
中国の伝説では、楚の愛国者だった政治家で詩人の屈原が、5月5日にべきらこうで入水自殺した後、遺体が魚に食べられないように笹の葉で包んだ米の飯を川に投げ入れたのが起源とされています。

★柏もち  
柏の葉は、新芽が出ないと古い葉が落ちないという特徴があるので、これを「子供が産まれるまで親は死なない」＝「家系が途絶えない」という縁起に結びつけ、「柏の葉」＝「子孫繁栄」との意味を持ちます。

★魚  
鯛はめでたい、かつおは「勝男」につづじます。

給食・おやつを掲載しています！

↓下記のQRコードから



|  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|