

令和8年 5月 はいぜんたべかたひょう 北部

羽島市学校給食センター

◆ ゴミは業者が回収します。

★ 数ものについて

1日(金) 竹輪のお茶天ぷら 小4年まで1こ、小5年から2こ
 15日(金) 鶏肉のから揚げ 幼・小2こ、中・高3こ
 18日(月) 一口チーズ 幼・小2こ、中・高3こ
 21日(木) シューマイ 幼1こ、小2こ、中・高3こ

1日(金)

たけのこのうまに

★ちくわのおちやてんぷら

いっしょくようどん うどんのしる

はちじゅうはちやひ 八十八夜とこどもの日にちなんで、お茶の葉やたけのこ、柏餅ですくすく育て育つこと、子孫繁栄を願います。

4日(月)

みどりの日

5日(火)

こどもの日

6日(水)

振替休日

7日(木)

あおなのびたし

さわらのきのめやき

むぎごはん さつきじる

今日は木の芽のさんしょうやたけのこ、たまねぎ、わかめをとり入れた、季節感を味わう献立です。

8日(金)

うらかみそぼろ

きびなごフライ

いっしょくようラーメン ちゃんぽんのしる

九州地方で有名なちゃんぽん、きびなご、浦上そぼろを紹介します。九州を味わいましょう。

11日(月)

しんじやがのソテー

ハンバーグ

こめごはん コーンスープ

12日(火)

しそかつおふりかけ

きりぼし あゆのかんろに

しろごはん ふのすましじる

13日(水)

ナムル

ドレッシング ブルゴキ

むぎごはん わかめスープ

14日(木)

◆ブルーベリーゼリー

いんげん いわしのうめりやき

むぎごはん みそじる

5月は真いわしの漁獲が始まります。いわしには生活習慣病を予防する脂が豊富です。

15日(金)

かふういため

★とりくのからあげ

ソフトめん ちゅうかあんかけソース

ソフトめんは学校給食用に開発されたものです。和風や洋風など様々なソースに合います。

主食の米粉パンには岐阜県産の米粉が使われています。もちもちした食感を楽しみましょう。

11日の鰯開きにちなんで献立です。あゆを丸ごと甘辛くつけた甘露煮を出します。

ブルゴキやナムル、わかめスープで隣 韓国の料理を紹介する献立です。韓国の食文化を学びましょう。

5月は真いわしの漁獲が始まります。いわしには生活習慣病を予防する脂が豊富です。

ソフトめんは学校給食用に開発されたものです。和風や洋風など様々なソースに合います。

18日(月)

★ひとくちチーズ

フルーツあえ あじのマヨネーズやき

コッペパン コンソメスープ

19日(火)

キャベツのソテー

まっちゃきなこのタフィー

しろごはん おくみのふうカレー

20日(水)

◆ヨーグルト

わふうサラダ かつおのさらさあげ

ひじきごはん

21日(木)

チンジャオロース

★シューマイ

むぎごはん たまごスープ

22日(金)

きんぴら

こうやどうふとレバーのあげ

いっしょくようどん さんさいうどんのしる

洋風の献立です。主菜には、これらが旬のあじを使ったマヨネーズ焼きをとり入れました。

毎月19日は食育の日です。食に関わることに興味、関心を持ってほしい日です。

初かつおの季節です。インドの染め物「更紗」にちなんで、カレー味のかつおの更紗揚げを出します。

中国の代表的な肉料理のチンジャオロースです。ピーマンをたっぷり使います。ビタミンを補給しましょう。

山野に自然に自生する野菜を使った「山菜うどん」です。食物繊維やミネラル、ビタミンが豊富です。

25日(月)

ゆでアスパラガス

マヨネーズ しろみ ざかな フライ

しょくぱん トマトとまめのスープ

26日(火)

にじやが

ごもく あつやき たまご

しろごはん あさりのみそじる

27日(水)

◆オレンジ

ひじきの さばの こら やき

むぎごはん さわにわん

28日(木)

はるさめサラダ

ドレッシング ちゅうかどんの

むぎごはん かふうスープ

29日(金)

カラフル

ソテー とりささみの バルサミソースかけ

ソフトめん カレーソース

旬のグリーンアスパラガスをサラダで出します。アスパラガスには、疲労回復に役立つ栄養が豊富です。

あさりには、鉄分や赤いビタミンと言われるビタミンB12が含まれ、貧血の予防に役立ちます。

沢煮碗は細切りにした豚肉や野菜を使った、学校給食ならではの汁物です。

中華料理の献立です。ごはんがしっかり食べられるように中華丼の具をとり入れました。

主菜は、鶏のささみを揚げて、バルサミ酢を煮込んでつくった甘口のソースにからめた料理です。