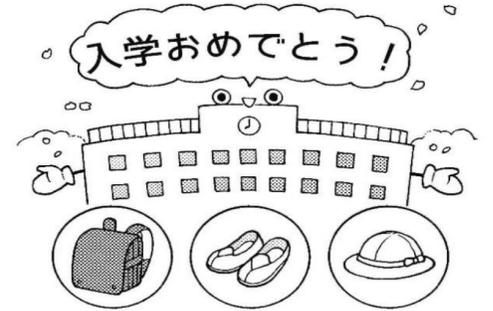




にゅうがく しんきゅう
～入学・進級おめでとうございませう～



こんねんど たの きゅうしよく あんぜん けんこう きほん しゅん しょくざい つか
今年度も、おいしく楽しみにしてもらえらる給食をめざし、安全と健康を基本に、旬の食材を使ったり、
ぎょうじしよく
行事食をとりいれたりしていきます。
ひょう ぼん うえ お しょつき ばしょ かた たし
もりつけ表で、お盆の上に置く食器の場所や、もりつけ方を確かめたりしましょう。



月（げつ）	火（か）	水（すい）	木（もく）	金（きん）
<p>たべものクイズ</p> <p>した やさい なか はる しゅん 下の野菜の中から、春が旬の やさいを2つ選 びましょう。</p> <p>①トマト ②たけのこ ③さやえんどう ④はくさい ⑤かぼちゃ</p>	<p>ぎゅうにゅう さばのしおやき こうみつけ</p> <p>むぎごはん はるやさいの にもの</p>	<p>ぎゅうにゅう ロールパン いちごジャム</p> <p>さわらの こうみソースかけ ミネストローネ</p>	<p>ぎゅうにゅう フレンチサラダ</p> <p>むぎごはん ポークカレー</p>	<p>ぎゅうにゅう げんりょう ロールパン</p> <p>くきわかめのサラダ スパゲッティ ミートソース</p>
<p>17</p> <p>とりのからあげ キャベツのおかかあえ</p> <p>せきはん はるだいこんの みそしる</p>	<p>ぎゅうにゅう やきししゃも ごますあえ</p> <p>むぎごはん ごもくまめ</p>	<p>ぎゅうにゅう ロールパン ツナサラダ クリームシチュー</p>	<p>ぎゅうにゅう まぐろとじゃがいもの ごまからめ</p> <p>むぎごはん キャベツのスープ</p>	<p>ぎゅうにゅう こめこいりパン</p> <p>しいらの カレーふうみやき チンゲンサイと じゃがいものスープ</p>
<p>今日は、入学と進級のお祝い献立 です。お祝いの赤飯と大人気の鶏の から揚げで、お祝いしましょう。</p>	<p>焼きししゃもは、かみかみメ ニューです。よくかんで食べると、 だ液がたくさん出るので、むし歯を 予防したり、消化を助ける働きをし ます。</p>	<p>ツナは、英語でマグロのことで す。日本では、一般的にマグロを油 に漬けた食べ物のことをいいます。</p>	<p>ごまは、小さな粒の中に体に良い 栄養がたくさんつまっている食べ物 です。栄養価だけでなく、色や味が 料理のアクセントにもなります。</p>	<p>チンゲン菜は、中国野菜のひとつ です。カロテンやビタミンC、カル シウムなどを多く含んでいます。</p>
<p>22（土）</p> <p>こまつなとキャベツの ごまあえ</p> <p>むぎごはん やきのり</p>	<p>ぎゅうにゅう あおなとちくわの ぬた さわらのてりやき</p> <p>むぎごはん こうや豆腐と ひじきのにもの</p>	<p>ぎゅうにゅう こくとうパン ポークビーンズ</p>	<p>ぎゅうにゅう ちゅうかふう ごまだれサラダ</p> <p>むぎごはん マーボー豆腐</p>	<p>遠足</p>
<p>のりは、日本では昔から食べられ てきました。カロリーが低く、ピタ ミンやミネラルなどの栄養素がバラ ンスよく含まれていることから、最 近は海外でも人気が出ています。</p>	<p>ぬたは、野菜や魚、いか、貝、海 そうなどを酢みそで和えて作りま す。日本を代表する料理のひとつ です。</p>	<p>ポークビーンズは、アメリカの家 庭料理で、豚肉や豆などをトマト味 で煮込んだものです。給食では、豆 は大豆を使っています。</p>	<p>マーボー豆腐は、四大中国料理の ひとつである四川料理です。食欲が 増し、体が中から温まる辛みが特徴 です。</p>	