

学校給食だより

今月の給食予定人員
 幼稚園… 735人
 小学校… 2,604人
 中学校… 1,390人
 計 … 4,729人

発行
 赤穂市学校給食会
 赤穂市立学校給食センター
 TEL 48-7151・7252
 FAX 48-1540



給食費口座振替日
 全校園とも 5月24日(金)

〔通帳残高を確認のうえ前日までに
 入金しておいて下さい。〕

令和元年 5 月 分 学 校 給 食 献 立 表

日・曜	⑦ 日 (火)	⑧ 日 (水)	⑨ 日 (木)	⑩ 日 (金)	⑬ 日 (月)	⑭ 日 (火)	⑮ 日 (水)	⑯ 日 (木)	⑰ 日 (金)	⑳ 日 (月)	㉑ 日 (火)
こ ん だ て	ごはん ぎゅうにゅう ミートボールのうまに しゅうまい(中) えだまめ ◎かしわもち	いりこなめし ぎゅうにゅう わかたけじる さばのしおやき おかかあえ	コッペパン ぎゅうにゅう コーンポタージュ カボチャサンド ゆでキャベツ マヨネーズ	ごはん ぎゅうにゅう てんぐスープ ハムステーキ フルーツしらたま	ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが いわしのうめに あじつけのり ミルク(小)	わかめごはん ぎゅうにゅう すましじる さんぞくあげ だいこんおろし ぼんず	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる ふたにくと うずらたまごの にこみ ゆでブロッコリー マヨネーズ	こくとうパン ◎のむヨーグルト(幼) ぎゅうにゅう(小中) コンソメスープ チキンアロハ ポテトサラダ	ごはん ぎゅうにゅう ワンタンスープ しろみぎかなフライ はくさいのさっぱりあえ	ごはん ぎゅうにゅう とんじる めざし(小中) もろどんサラダ ミニフィッシュ(幼)	ごはん ぎゅうにゅう もずくスープ とりにくのレモンづけ ミニトマト
ざ い り よ う	ミートボール・ヤングコーン たまねぎ・にんじん キャベツ・さやいんげん チキンピジョン しゅうまい えだまめ	わかめ・にんじん とりにく・たけのこ かまぼこ・ねぎ けずりぶし・こんぶ ごま さば はくさい・にんじん はなかつお	ベーコン・クリームコーンかん たまねぎ・にんじん ホールコーンかん グリーンピース・マッシュルーム ぎゅうにゅう・なまクリーム ホワイトルウ・チキンピジョン ホロニアハム ケチャップソース カボチャサンド・あぶら キャベツ	とりにく・たまねぎ じゃがいも・ほたてかばしら もやし・にんじん・さくらげ マッシュルーム ホールコーンかん パセリ・チキンピジョン ボロニアハム ケチャップソース おうとうかん・パインかん みかんかん・しらたまもち カクテルゼリー	じゃがいも・ぎゅうにゅう たまねぎ・にんじん グリーンピース いとこんにゃく ひらてん・けずりぶし いわしのうめに	とうふ・あぶらあげ・みつば えのきだけ・かまぼこ にんじん・けずりぶし こんぶ とりにく・しょうが でんぷん・にんにく あぶら だいこん	とりにく・とうふ にんじん・さといも だいこん・ねぎ ごぼう・こんにゃく ほししいたけ・けずりぶし ふたにく・うずらたまご こんにゃく・しょうが しろねぎ・でんぷん ブロッコリー	ベーコン・たまねぎ キャベツ・にんじん ホールコーンかん・セロリ マッシュルーム・パセリ チキンピジョン とりにく・パインかん しょうが・にんにく じゃがいも・にんじん きゅうり・レモンかじゅう マヨネーズ	ワンタン・ふたにく はくさい・もやし にんじん・ねぎ ほししいたけ チキンピジョン ホキフライ・あぶら はくさい・にんじん ハム・ゆずかじゅう	ふたにく・ごぼう にんじん・だいこん こんにゃく・さといも あぶらあげ・ねぎ けずりぶし・みそ めざし もろどん・ほうれんそう ハム・ホールコーンかん にんじん・ごま ごまあぶら・わかめ	もずく・とうふ えのきだけ・ほししいたけ にんじん・ねぎ・でんぷん けずりぶし・こんぶ とりにく・あぶら レモンかじゅう・でんぷん ミニトマト
日・曜	㉒ 日 (水)	㉓ 日 (木)	㉔ 日 (金)	㉗ 日 (月)	㉘ 日 (火)	㉙ 日 (水)	㉚ 日 (木)	㉛ 日 (金)	<p>あさ 朝ごはん まいにち 毎日食べようね</p> <p>からだ 朝ごはん めい 毎日食べる</p>		
こ ん だ て	ごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 ぎょうざ かいそうサラダ かんきつドレッシング	コッペパン ぎゅうにゅう やきそば ごぼうサラダ スライスチーズ(小中)	むぎごはん ぎゅうにゅう カレーシチュー チキンウインナー フルーツポンチ	ごはん ぎゅうにゅう みそしる とんかつ ゆでキャベツ ミルク(小中) かつめしのタレ	たきこみごはん ぎゅうにゅう うどん ごもくまめいなり グレープゼリー(幼) かわちばんかん(小中)	ごはん ぎゅうにゅう たぬきじる さばのみそに きゅうりのすのもの	サンドパン ◎のむヨーグルト(幼) ぎゅうにゅう(小中) ようふうすいとん スラッピージョー キャベツとちりめんじゃこの ごまドレあえ	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかあえ やきとり ミルク(幼中) ◎レモンゼリー			
ざ い り よ う	とうふ・ふたミンチ たまねぎ・にんじん・ねぎ グリーンピース・しょうが・みそ でんぷん・マーボーのもと ごまあぶら・テンメンジャン トウバンジャン ぎょうざ かいそう・わかめ きゅうり・にんじん	そば・ふたにく・キャベツ たまねぎ・ねぎ・はなかつお にんじん・ちくわ あおのり・べにしょうが ごぼう・にんじん ごま わふうドレッシング	ぎゅうにゅう・じゃがいも たまねぎ・にんじん トマトかん・にんにく カレールウ・あかワイン ひよこまめ チキンウインナー おうとうかん・パインかん ナタデココ・カクテルゼリー くろまめかん	とうふ・あぶらあげ にんじん・わかめ ねぎ・みそ とんかつ・あぶら キャベツ	うどん・ぎゅうにゅう かまぼこ・にんじん あぶらあげ・ねぎ けずりぶし・こんぶ ごもくまめいなり けずりぶし かわちばんかん	こんにゃく・にんじん えのきだけ・ひらてん ごぼう・ねぎ しょうが・ごまあぶら けずりぶし・でんぷん さばのみそに きゅうり・わかめ にんじん・ごま	しらたまもち とりにく・かまぼこ にんじん・ほししいたけ はくさい・チキンピジョン だいず・ふたミンチ たまねぎ・にんじん あかワイン・トマトかん ケチャップ キャベツ・ちくわ ちりめんじゃこ・にんじん ごまドレッシング	たまご・ハム・マロニー きゅうり・にんじん キャベツ・もやし・ごま ごまあぶら とりぐし・しょうが			

○印は幼稚園の給食日です。

●●● 給食標語 「赤黄緑 バランス大じに よくたべよう。」 26年度 赤穂西小2年 藤本 夏輝 ●●●

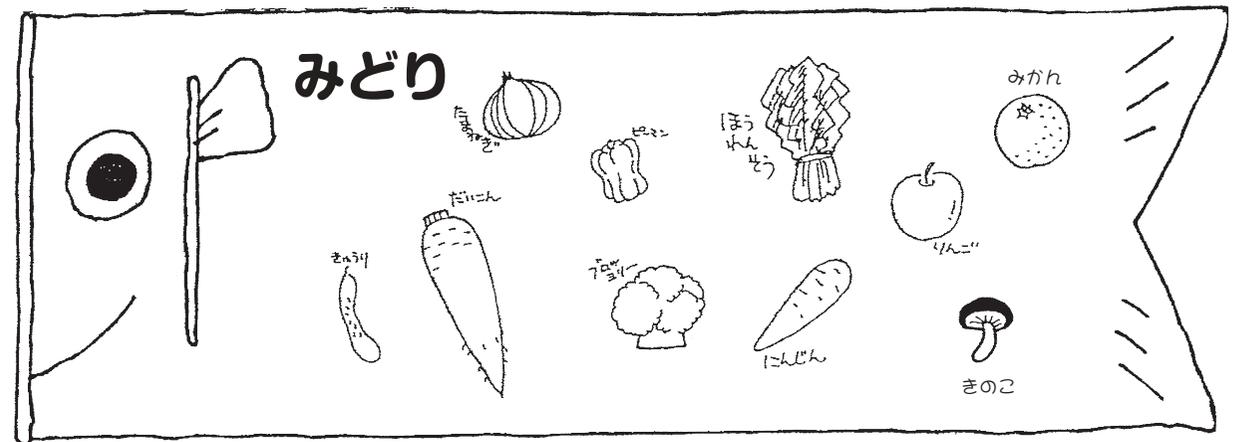
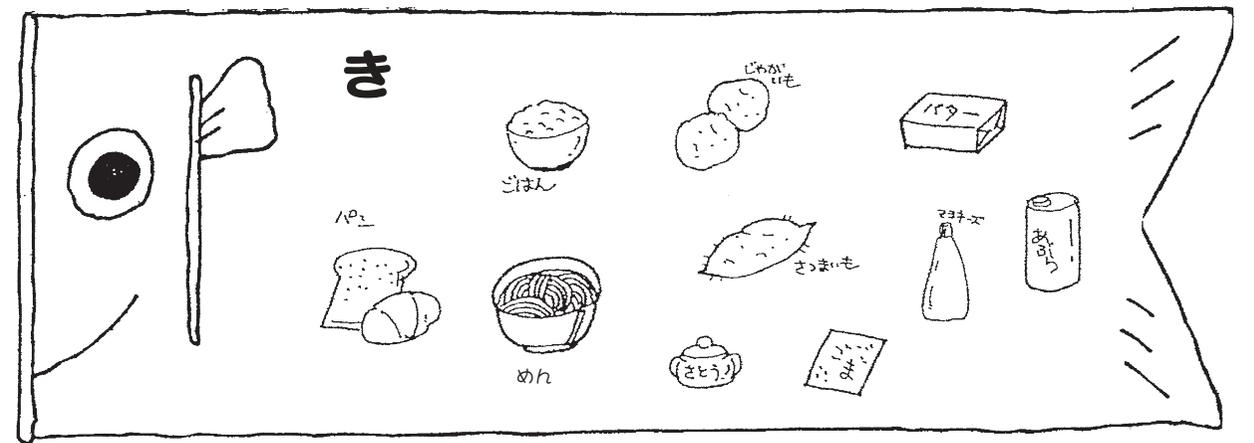
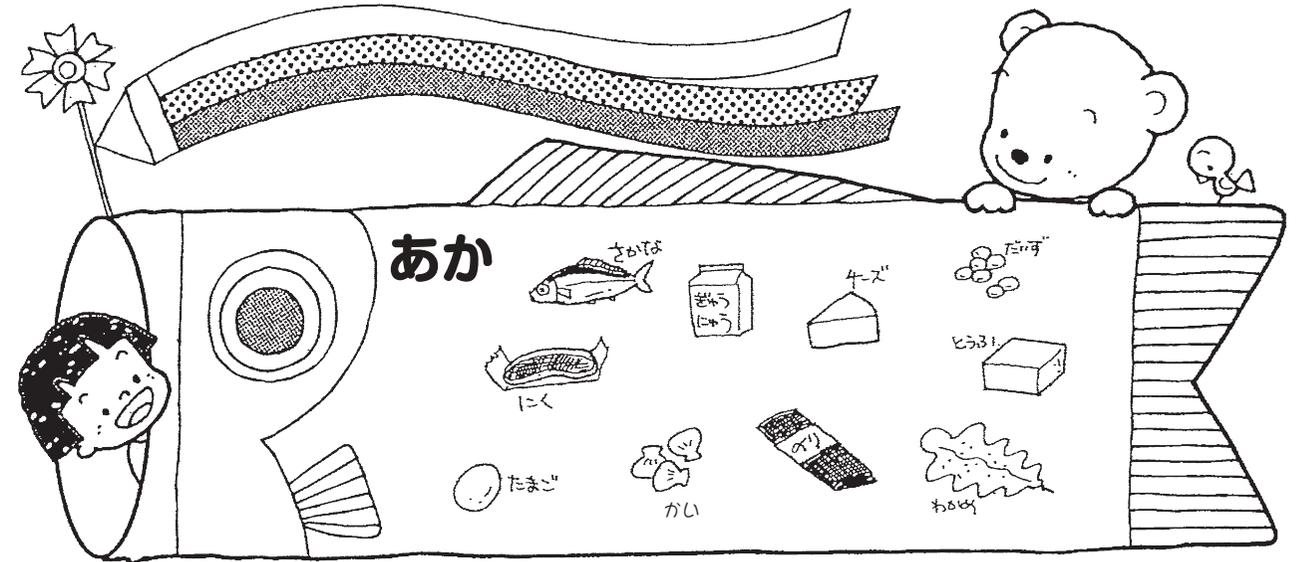
裏面もごらん下さい。

なんでもたべるこは げんきいっぱい!

わたし、毎日いろいろな食べ物を食べることによって、からだをつくったり、元気にからだを動かしたりすることができます。

食べ物は、そのはたらきによって、あか・き・みどりの3つのグループに分けられます。3つの色をそろえると、栄養をバランスよくとることができます。

いろ
色をぬってみましょう!



いろ
3つの色をそろえて
た
食べましょう



からだをつくる
もとになります
おもに
たんぱく質・カルシウムを
ふくむ食品



ねつ ちから
熱や力の
もとになります
おもに
炭水化物・脂質を
ふくむ食品



からだの調子を
ととのえます
おもに
ビタミン・ミネラルを
ふくむ食品