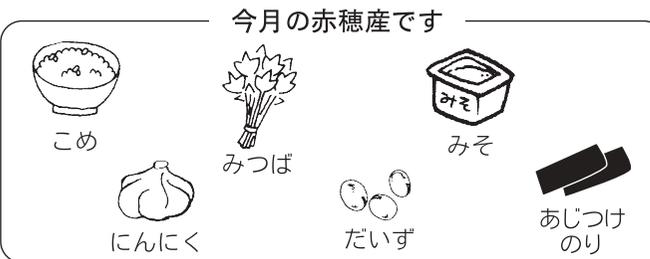


# 学校給食だより

今月の給食予定人員  
 幼稚園… 754人  
 小学校… 2,617人  
 中学校… 1,471人  
 計 … 4,842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25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。】

## 平成30年 5月分 学校給食献立表

日・曜	① 日 (火)	② 日 (水)	⑦ 日 (月)	⑧ 日 (火)	⑨ 日 (水)	⑩ 日 (木)	⑪ 日 (金)	⑭ 日 (月)	⑮ 日 (火)	⑯ 日 (水)	⑰ 日 (木)
こ ん だ て	ごはん ぎゅうにゅう ふたもやしスープ いわしのうめに ◎アセロラゼリー	ごはん ぎゅうにゅう みそしる すりみスティックの しんちゃあげ てっこつサラダ	ごはん ぎゅうにゅう ミートボールのうまに ゆでブロッコリー チキンソーセージ(中) ◎かしわもち マヨネーズ	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 しおこんぶあえ	ごはん ぎゅうにゅう みそおでん さばのしおやき フルーツしらたま	サンドパン ぎゅうにゅう コーンポタージュ スラッピージョー カラフルサラダ あおじそドレッシング	ごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ ローストポーク きゅうりのすのもの	わかめごはん ぎゅうにゅう すましじる しろみざかなのフライ ポテトサラダ	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかあえ やきとり ヨーグルトあえ	ごはん ぎゅうにゅう てんぐスープ とりにくのレモンづけ おかかあえ	こがたパン ぎゅうにゅう スパゲティナポリタン ハムステーキ ◎パイナップル
ざ い り よ う	ふたにく・もやし キャベツ・にんじん ねぎ・にんにく しょうが・はなかつお みそ・ごま・ごまあぶら スープストック いわしのうめに	とうふ・あぶらあげ にんじん・わかめ ねぎ・みそ・けずりぶし すりみスティック おちゃ・こむぎこ あぶら ひじき・にんじん・きゅうり キャベツ・いとこまぼこ サイノメチーズ・ごま ごまドレッシング	ミートボール・ヤングコーン たまねぎ・にんじん ほししいたけ・キャベツ さやいんげん チキンピジョン ブロッコリー	とりにく・とうふ にんじん・だいこん ねぎ・ごぼう ほししいたけ けずりぶし ふたにく・しろねぎ しょうが・こんにゃく うずらたまご・でんぶ キャベツ・きゅうり にんじん・しおこんぶ	ちくわ・あつあげ ごぼうてん・だいこん みそ・とりミンチ こんにゃく・にんじん けずりぶし さば しらたまもち・パインかん おうとうかん・カクテルゼリー ナタデココ・くろまめかん	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 ホワイトウ・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・ケチャップ トマトかん ブロッコリー・カリフラワー にんじん・パブリカ	はるさめ・とりにく たけのこ・もやし チキンピジョン・にんじん にら・ほたてかいばしら ふたにく・しょうが にんにく きゅうり・わかめ にんじん・ごま ちりめんじゃこ	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 ホキフライ・あぶら じゃがいも・キャベツ にんじん・きゅうり たまねぎ・レモンかじゅう マヨネーズ・ハム	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 おうとうかん・パインかん くろまめかん カクテルゼリー・ヨーグルト	ベーコン・たまねぎ じゃがいも・もやし にんじん・ホールコーンかん マッシュルーム・きくらげ セロリ・パセリ ほたてかいばしら チキンピジョン とりにく・でんぶ あぶら・レモンかじゅう はくさい・にんじん はなかつお ポロニアハム やきにくのタレ	
日・曜	⑱ 日 (金)	⑳ 日 (月)	㉑ 日 (火)	㉒ 日 (水)	㉓ 日 (木)	㉔ 日 (金)	㉗ 日 (月)	㉘ 日 (火)	㉙ 日 (水)	㉚ 日 (木)	
こ ん だ て	ごはん ◎のむヨーグルト(幼) ぎゅうにゅう(小中) わかたけじる とんかつ ゆでキャベツ かつめしのタレ ミルメーク(小中)	ごはん ぎゅうにゅう たぬきじる ハンバーグきのこソース もろどんサラダ	たきこみごはん ぎゅうにゅう うどん ごもくまめいなり ◎レモンゼリー	ごはん ぎゅうにゅう おやこに いかげそのからあげ はくさいの さっぱりあえ あじつけのり	こくとうパン ぎゅうにゅう コンソメスープ たまねぎコロッケ マカロニサラダ	むぎごはん ぎゅうにゅう カレーシチュー だいずとちりめん じゃこのごまがらめ ミニトマト	ごはん ぎゅうにゅう もずくスープ さんしょくどんぶり 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 にくじゃが ほうれんそうオムレツ かいそうサラダ かんきつドレッシング	ごはん ぎゅうにゅう とんじる チキンステーキ ゆでブロッコリー マヨネーズ	こがたパン ぎゅうにゅう やきそば カボチャサンド えだまめ	
ざ い り よ う	わかめ・とりにく にんじん・たけのこ かまぼこ・ねぎ けずりぶし・こんぶ ごま とんかつ・あぶら キャベツ	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 あぶらあげ・ごまあぶら けずりぶし・でんぶ とうふハンバーグ しめじ・マッシュルーム デミグラスソース・ケチャップ もろどん・ほうれんそう にんじん・ハム・わかめ ホールコーンかん ごま・ごまあぶら	うどん・ぎゅうにく 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	とりにく・たまご じゃがいも・グリーンピース にんじん・たまねぎ ちくわ・けずりぶし いかげそ・からあげこ あぶら はくさい・ハム にんじん・ゆずかじゅう	ベーコン・たまねぎ キャベツ・にんじん ホールコーンかん マッシュルーム・セロリ パセリ・チキンピジョン たまねぎコロッケ あぶら マカロニ・キャベツ にんじん・たまねぎ きゅうり・シーチキン マヨネーズ	ふたにく・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 だいず・ちりめんじゃこ ごま・でんぶ・あぶら ミニトマト	もずく・とうふ・えのきだけ ほししいたけ・にんじん ねぎ・でんぶ けずりぶし・こんぶ とりミンチ・しょうが たまご・むきえだまめ かわちばんかん	じゃがいも・ぎゅうにく たまねぎ・にんじん グリーンピース・こんにゃく ひらてん・きわかめ けずりぶし ほうれんそうオムレツ かいそう・わかめ きゅうり・にんじん	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 とりにく・セロリ たまねぎ・やきにくのタレ ブロッコリー	そば・たまねぎ キャベツ・にんじん ねぎ・ふたにく ちくわ・べにしょうが けずりこ カボチャサンド あぶら えだまめ	

○印は幼稚園の給食日です。

●●● 給食標語 「あか・きいろ・みどり げんきをつくる おまじない」 26年度 城西小1年 西畑 美咲 ●●●

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  
私たちは、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、そのはたらきによって、あか・きいろ・みどりの3つのグループに分けられます。

いろ  
3つの色をそろえて  
た  
食べましょう



給食のこんだて表を見てください。ざいりょうを3つの色に分けてみると、あか・きいろ・みどりがそろっています。お家でも3つの色をそろえて食べるように心がけてみましょう。



おもにたんぱく質・カルシウムをふくむ食品



おもに炭水化物・脂質をふくむ食品



おもにビタミン・ミネラルをふくむ食品

