

5月こんだてよていひょう



今月の目標 正しい給食のマナーを身につけよう



新庄市教育委員会

赤 からだをつくるものになる

黄 ねつやちからのものになる

緑 からだのちょうしをととのえる

月	火	水	木	金
1 こどもの日献立 たけのごはん オムレツ 野菜のごま醤油和え すまし汁 柏餅 牛乳	2 バターパン 白身魚フライ チキンサラダ パンプキンスープ 牛乳	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 
赤 あぶらあげ とりにく オムレツ わかめ かまぼこ とうふ なると きゅうにゅう	白身魚 とりにく パーコン きゅうにゅう			
黄 ごはん あぶら ごま	バターパン あぶら さとう ごま パター なまクリーム こめこ			
緑 たけのこ にんじん えだまめ きゃべつ こまつな しめじ ねぎ	もやし とうもろこし きゃべつ きゅうり にんじん かぼちゃ たまねぎ			
小学校 637 ｷｶﾘ- 中学校 708 ｷｶﾘ-	小学校 661 ｷｶﾘ- 中学校 820 ｷｶﾘ-			
8 ごはん みそだれ焼き肉 切干大根のナムル ほうれん草のみそ汁 牛乳	9 きな粉米粉揚げパン ひじきのコロコロサラダ ポトフ 牛乳	10 ごはん 納豆 マロニー炒め 親子汁 牛乳	11 ごはん いかとうすらの卵のチリソース 塩昆布和え 大根のみそ汁 牛乳	12 チキンカレーライス ビーンズサラダ ヨーグルト 牛乳
赤 ぶたにく あつあげ きゅうにゅう	ひじき ツナ とりにく ワインナー きゅうにゅう	なっとう ぶたにく たまご とりにく きゅうにゅう	いか こうやとうふ うすらのたまご しおこんぶ あつあげ きゅうにゅう	とりにく だいず ハム ヨーグルト きゅうにゅう
黄 ごはん あぶら さとう ごまあぶら ごま	こめこパン さとう あぶら じゃがいも	ごはん ごまあぶら マロニー ぶ	ごはん かたくりこ さとう	ごはん あぶら じゃがいも カレールウ
緑 しょうが にんにく たまねぎ きりぼしだいこん きゃべつ きゅうり にんじん ほうれんそう ねぎ	ブロccoli えだまめ とうもろこし にんじん たまねぎ きゃべつ	にんじん たまねぎ チンゲンサイ きゃべつ こまつな	たまねぎ しょうが にんにく ブロccoli とうもろこし もやし だいこん しめじ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん えだまめ きゃべつ きゅうり
小学校 637 ｷｶﾘ- 中学校 787 ｷｶﾘ-	小学校 602 ｷｶﾘ- 中学校 746 ｷｶﾘ-	小学校 632 ｷｶﾘ- 中学校 803 ｷｶﾘ-	小学校 628 ｷｶﾘ- 中学校 784 ｷｶﾘ-	小学校 765 ｷｶﾘ- 中学校 934 ｷｶﾘ-

※ 都合により、献立（食材）を変更する場合があります。ご了承くださいませようお願いします。

5月こんだてよていひょう



新庄市教育委員会

赤 からだをつくるもとになる **黄** ねつやちからのもとになる **緑** からだのちょうしをととのえる

月	火	水	木	金	
15 ごはん さけ しおや 鮭の塩焼き くるま 茎わかめ炒め みそけんちん汁 きゅうにゅう 牛乳	16 黒パン ハムチーズカツ コールスローサラダ コーンスープ きゅうにゅう 牛乳	17 ごはん さばカレー焼き ちくせん 筑前煮 こまつな 小松菜のみそ汁 きゅうにゅう 牛乳	18 ごはん とりにく 鶏肉のから揚げ わらう 和風サラダ わかめのみそ汁 きゅうにゅう 牛乳	19 運動会応援献立 ビビンバ かいそう 海藻サラダ フルーツヨーグルト和え きゅうにゅう 牛乳	
赤	さけ くきわかめ さつまあげ とうふ きゅうにゅう	さば とりにく とうふ ぎゅうにゅう	とりにく ちくわ かつおぶし わかめ あつあげ きゅうにゅう	ぶたにく たまご かいそう いか ヨーグルト ぎゅうにゅう	
黄	ごはん あぶら さとう さといも	くろパン あぶら バター	ごはん あぶら	ごはん あぶら さとう	
緑	にんじん こんにゃく いんげん こぼろ だいこん ねぎ	きゃべつ にんじん きゅうり とうもろこし たまねぎ パセリ	ごぼう にんじん たけのこ しいたけ こんにゃく いんげん こまつな なめこ	にんにく こまつな にんじん きゃべつ えのき ねぎ	にんにく しょうが ほうれんそう もやし にんじん きゃべつ とうもろこし みかん パイン もも
小学校 622 ｷｯｺｰﾘ- 中学校 770 ｷｯｺｰﾘ-	小学校 697 ｷｯｺｰﾘ- 中学校 867 ｷｯｺｰﾘ-	小学校 680 ｷｯｺｰﾘ- 中学校 802 ｷｯｺｰﾘ-	小学校 627 ｷｯｺｰﾘ- 中学校 772 ｷｯｺｰﾘ-	小学校 681 ｷｯｺｰﾘ- 中学校 843 ｷｯｺｰﾘ-	
22 	23 ちい 小さいコッペパン ミートソーススパゲティ アスパラサラダ きゅうにゅう 牛乳	24 ごはん いわしのかば焼き いらともやしのソテー キャベツのみそ汁 きゅうにゅう 牛乳	25 さんさい 山菜丼 シューマイ チョレギサラダ きゅうにゅう 牛乳	26 ごはん 味付けのり ぶたにく 豚肉とレバーのごま風 きゃべつ 浅漬け とうもろこし 道産子汁 きゅうにゅう 牛乳	
	ぶたにく だいず チーズ ツナ きゅうにゅう	いわし ベーコン あぶらあげ きゅうにゅう	とりにく ぶたにく シューマイ のり ぎゅうにゅう	レバー ぶたにく みそ のり とうふ きゅうにゅう	
	コッペパン スパゲティ マヨネーズ ごま	ごはん かたくりこ あぶら さとう ごま	ごはん ごまあぶら さとう ごま	ごはん かたくりこ あぶら じゃがいも	
	にんじん たまねぎ にんにく マッシュルーム トマトみずに アスパラガス きゃべつ	にんじん たまねぎ もやし いら きゃべつ えのき	みす わらび しめじ たまねぎ にんじん えだまめ きゅうり もやし きゃべつ にんにく	しょうが えだまめ きゅうり きゃべつ にんじん にんにく たまねぎ とうもろこし	
小学校 650 ｷｯｺｰﾘ- 中学校 800 ｷｯｺｰﾘ-	小学校 636 ｷｯｺｰﾘ- 中学校 809 ｷｯｺｰﾘ-	小学校 668 ｷｯｺｰﾘ- 中学校 818 ｷｯｺｰﾘ-	小学校 693 ｷｯｺｰﾘ- 中学校 859 ｷｯｺｰﾘ-		
29 ごはん さわらの電田揚げ じゃがいものきんぴら いらたま汁 きゅうにゅう 牛乳	30 セルフサンドイッチ (ウィンナー・ツナサラダ) スライスチーズ ミネストローネ きゅうにゅう 牛乳	31 ごはん 酢豚 おかかあえ とうふ 豆腐のみそ汁 きゅうにゅう 牛乳			
さわら ベーコン たまご とうふ きゅうにゅう	ウィンナー ツナ チーズ とりにく だいず ぎゅうにゅう	ぶたにく こうやとうふ かつおぶし とうふ わかめ ぎゅうにゅう	箸のマナーもチェック★こんごうにしたいませんか？ 他にも、箸をかむ「かみ箸」、箸をにぎって持つ「にぎ箸」、箸から汁を ホタホタ落とす「なみだ箸」など、悪いマナー(マナー違反とされる使い方)は たくさんあります。		
ごはん かたくりこ じゃがいも ごま	しょくパン マヨネーズ マカロニ	ごはん かたくりこ あぶら さとう			
にんじん こんにゃく ピーマン いら えのき	きゃべつ にんじん きゅうり たまねぎ セロリー にんにく トマトみずに パセリ	しょうが にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ ピーマン きゃべつ もやし ほうれんそう えのきたけ ねぎ			
小学校 722 ｷｯｺｰﾘ- 中学校 895 ｷｯｺｰﾘ-	小学校 677 ｷｯｺｰﾘ- 中学校 818 ｷｯｺｰﾘ-	小学校 665 ｷｯｺｰﾘ- 中学校 821 ｷｯｺｰﾘ-			