



★☆☆
食予
中毒し
防て止
いのる
た献
め立
には給
食食
材材
前前
の都
は合
必で
ず変
手更
をに
洗な
る事
来が
てあ
下り
さい
す☆☆

月 2	火 3	水 4	木 5	金 6
<p>中華ちまき 白花豆コロッケ きくらげのにら玉 素麺すまし 柏餅・牛乳</p>	<p>ちまきは中国の詩人屈原が5/5に亡くなり、その命日にお供えとして作られたのが始まり</p> <p>憲法記念日 5月3日</p>	<p>5月4日 みどりの日</p>	<p>こどもの日 5月5日</p> <p>たけのこは米ぬかや重曹で茹でてアクを美味しく食べられます</p>	<p>竹の子ごはん いわし生姜煮 塩昆布和え 五目水団 牛乳</p>
<p>9</p> <p>海老ピラフ ボロニアかつ ごぼうサラダ かき玉汁 牛乳</p>	<p>10</p> <p>ごはん 玄米つくね 豚バラと大根の煮物 みそ汁 牛乳</p> <p>ボロニアかつはイタリアのボロニャが名前の由来です</p>	<p>11</p> <p>ごはん にんにくの芽炒め 厚焼き玉子 雲吞スープ 牛乳</p> <p>赤魚はアコウダイという白身魚です</p>	<p>12</p> <p>雑穀ごはん 赤魚塩焼き いかの酢のもの 豚汁 牛乳</p> <p>歯科検診</p>	<p>13</p> <p>フィッシュバーガー クラムチャウダー たまごプリン 牛乳</p>
<p>16</p> <p>豚キムチうどん・そば カスタード今川焼 牛乳</p>	<p>17</p> <p>ごはん 肉じゃが 野菜の土佐和え だし巻き玉子 なめこ汁・牛乳</p> <p>豚バラに含まれるコラーゲンは関節の動きを滑らかにしてスムーズな身体の動きを支えます</p>	<p>18</p> <p>他人丼 つみれ汁 シューアイス 牛乳</p>	<p>19</p> <p>ごはん カレーの天ぷら キャベツと笹身のゴマ和え 豆腐のお澄まし 牛乳</p>	<p>20</p> <p>ごはん フーチャンプルー ミートボール アーサ汁 牛乳</p>
<p>23</p> <p>PTA総会 代休</p>	<p>24</p> <p>ごはん きのこハンバーグ ポテトサラダ レタススープ 牛乳</p> <p>レタスは生食するだけでなく炒めたりスープの具にも使えます</p>	<p>25</p> <p>キーマカレーライス 大根とわかめのサラダ ジョア</p> <p>鶏肉と卵の親子丼ではなく豚肉と卵なので他人丼です</p>	<p>26</p> <p>バターロール 笹身チーズフライ 南瓜のサラダ もち麦のスープ 牛乳</p>	<p>27</p> <p>ごはん 豚肉の西京焼 蓮根金平 みそ汁 牛乳</p> <p>フーチャンプルーの車麩は高たんぱく低脂肪で肉の代わりにもなります</p>
<p>30</p> <p>宮崎発祥のチキン南蛮は手作りのタルタルソースをかけて食べてね!</p> <p>ごはん チキン南蛮 小松菜じゃこ和え みそ汁 牛乳</p>	<p>31</p> <p>関西風 きつねうどん・そば 牛とごぼうのしぐれ煮 牛乳</p> <p>関西風は昆布だしに薄口醤油を合わせてあっさり味に仕上げています</p>	<p>5/5端午(たんど)の節句に柏餅を食べるわけ</p> <p>柏の葉っぱは新芽が出るまで古い葉っぱが落ちないという特徴から、親が子の無事を願う気持ちを表しています。これを「子供が生まれるまで親は死なない」「家族が絶えない」という縁起に結び付け【柏の葉】=【子孫繁栄】の意味を持ちます。 5/5にこどもの日をお祝いするのは、奇数の日の重なる月日には悪いことが起きやすいという考えから魔除けをするのが始まりといわれます。</p>		



5/2は給食でも柏餅が出ます