






# 給食カレンダー 5月



今月のめあて ・給食について知ろう

<p><b>よいせいをつくるポイント!</b></p> <p>① いすに深く座る</p> <p>② 背もたれに寄りかからない</p>	1 (水)	2 (木)	3 (金)
<p><b>よいせいをつくるポイント!</b></p> <p>③ 机と体はこぶし1つ分あける</p> <p>④ 両足を床につける</p>	<p>ごはん ポークシューマイ 焼きそば 豆乳ごま坦々スープ 牛乳</p>	<p>ふきといなりのちらしずし 源助だいこんのたくあん漬け 五月汁 かしわもち 牛乳</p>	<p><b>憲法記念日</b></p>
<p><b>食器の持ち方は...</b></p> <p>親指は食器のふちにそえます</p>			
<p><b>食器の持ち方は...</b></p> <p>4本の指で食器の底をささえます</p> <p>ご家庭でも、食べる時の姿勢や、食器の持ち方について気をつけて食べましょう!</p>	<p>5月になりました! 1日、2日は1~5年生は遠足でお弁当、6年生だけ給食でした。 新しいクラスにも少しずつ慣れてきた様子で給食準備をしています。さわやかな季節、しっかり食べて元気にすごしましょう!</p>	<p>連休中には「子どもの日」がありますね。少し早いですが、今日は子どもの日の献立でした。柏餅を食べて健康と成長をねがいます。お家でも柏餅やちまきを食べますか? 季節食材「ふき」を使ったちらしずし、「たけのこ」を使った五月汁もよく食べていました。</p>	



新しいクラスにも慣れてきましたね。マナーを守って、給食時間をきもちよくすごしましょう!



# 給食カレンダー 5月



今月のめあて ・給食について知ろう

6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)
振替休日	ごはん とんてき 太きゅうりの 青じそドレッシング和え けんちん汁 牛乳	ミルクロール メンチカツ スパゲッティナポリタン 野菜スープ 牛乳	ごはん 鶏肉の塩麹風味 いかとじゃがいものいしり煮 あおさのみそ汁 牛乳  【石川県の郷土料理】	ごはん 麻婆豆腐 春巻き 割干し大根の中華漬物 牛乳  かみかみメニューの日 
				
	これから旬をむかえる加賀野菜「加賀太きゅうり」が登場です。初物だった人も多いのではないのでしょうか？ 今日は、さっぱりとした和え物でいただきました。 給食では、5～6月に太きゅうりを使った献立を実施します。太きゅうりの実物展示も行いました。	スパゲッティは人気のメニューの一つです。今日は、ナポリタンでした。どのクラスもバットが空っぽになっていました！ 給食では、配りやすい、そして食べやすいように、ハーフサイズのスパゲッティを使っています。野菜もたっぷり入っていますよ。	周りを海に囲まれた石川県では漁業がさかんですが、奥能登地域ではいかが水揚げされます。いかを原材料にして作られる「いしり」には独特のうま味があります。 今日は郷土料理「いしり煮」でした。使用した、いしりのラベルには「食べて応援支援 がんばろう能登！」のシールがありました。能登の食材、大切にしていきたいですね。	歯ごたえのあるおかずを取り入れた「かみかみ献立」を月1回以上実施しています。今日のかみかみメニューは、割干し大根の中華漬物でした！ お家で、切干し大根は食べるけれど、割干し大根は食べたことないという子もいますが、割干し大根を出すと、これ好き！という子がたくさんいます！食感を楽しみながら食べる様子がみられます。



新しいクラスにも慣れてきましたね。マナーを守って、給食時間をきもちよくすごしましょう！



# 給食カレンダー 5月



今月のめあて ・給食について知ろう

13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)
<p>たけのこそぼろごはん さごしの竜田揚げ じゃがいものみそ汁 牛乳</p> <p>【旬を感じる献立】</p>	<p>ごはん 鶏肉と野菜の甘酢あんからめ ワンタンスープ 小魚いもけんぴ 牛乳</p>	<p>ミルクロール えびフリッター アーモンド入り キャロットサラダ スープ煮 牛乳</p>	<p>ビビンバ トックスープ 牛乳</p>	<p>ごはん 車心の卵とじ 大豆と彩り野菜のごまからめ 果物（オレンジ） 牛乳</p> <p>かみかみメニューの日 </p>
				
<p>5月の旬を味わう献立でした。生のたけのこを使用する予定でしたが、今年は残念ながら終わってしまい使えず、、、 でも、子どもたちは、ごはんがすすむ！ととても喜んでいました。</p>	<p>「鶏肉と野菜の甘酢あんからめ」が人気でした。教室では、いただきますをした後、担任の先生が量の調整をします。増やす列にたくさんの子が並んでいました！たまねぎはやわらかくなりすぎないように、あんは固くなりすぎないように、美味しく仕上がる気配りをしています。</p>	<p>野菜のうまみたっぷりのポトフ（スープ煮）はいつも子どもたちに人気です。 ニョッキ（じゃがいものお団子）（他の野菜のときもあります）や季節の食材を使います。具はゴロっと少し大きめに切り、じっくり煮込んで、心をこめて作っています。</p>	<p>給食のビビンバは、肉と野菜のナムルを別々に出して、教室では写真のように一人一人盛り付けられます。そこから自分のお皿で混ぜ合わせて食べるというスタイルです。 韓国料理で有名なビビンバですが、お店で食べるビビンバとはひと味違ったおいしさです！</p>	<p>金沢の伝統食材である「くるま麩」は噛むほどに中からじゅわっと出汁のうま味があふれます。</p> <p>今週と来週、6年生で、地場産物を使った献立を考える授業をしています。様々な食材がある中で、くるま麩も金沢の地場産物の一つとして紹介しました。</p>



新しいクラスにも慣れてきましたね。マナーを守って、給食時間をきもちよくすごしましょう！





# 給食カレンダー 5月



今月のめあて ・給食について知ろう

20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)
<p>ごはん 豚肉とじゃがいものカレー煮 ししゃもの天ぷら もやしのごま和え 牛乳</p>	<p>ごはん だしまき卵 江戸っ子煮 めった汁 牛乳</p>	<p>ミルクロール バッファロー風チキン チョップドサラダ クラムチャウダー 牛乳</p> <p>【アメリカの献立】</p>	<p>ごはん 魚の梅風味 すき焼き風卵の花炒り煮 わかめと麩のみそ汁 牛乳</p>	<p>ごはん ミートボールシチュー アスパラガスのソテー 果物（アメリカンチェリー） 牛乳</p>
<p>豚肉とじゃがいものカレー煮は、子どもたちが大好きなカレー味！カレーライスではないのですが、ごはんにかけて食べている子がたくさんいて、微笑ましかったです😊</p>	<p>ほっとする和食のおひるごはん。和食は日本が世界に誇る文化です。「出汁」を生かした汁物、長生きの秘訣ともいわれる「まごはやさしい」の食材、美しい盛り付けや箸使い、子どもたちに受け継いでいきたいものです。</p>	<p>世界の料理味めぐり、1か国目はアメリカの献立でした。給食でもなじみのある、クラムチャウダーに、甘辛いケチャップ味のタレをからめたチキン、チョップドサラダと全部人気でした。今年度は、年間をとおして、5つの国の献立を取り入れています。</p>	<p>運動会もいよいよ来週です🌀練習も盛り上がってきています！元気に運動するエネルギー源、ベストパフォーマンスのための筋力づくり、疲れから回復する力、食事は運動と大きくかかわります。しっかり食べて力を発揮してほしいです。</p>	<p>運動会の練習後の子どもたちに、「今日めっちゃいい匂いする〜！」とたくさん言われました。時間をかけて作った手作りのルウ、じっくり煮込んだシチューのいい匂いが広がっていたようです。今日は残食が少なく、とても嬉しかったです！</p>




新しいクラスにも慣れてきましたね。マナーを守って、給食時間をきもちよくすごしましょう！



# 給食カレンダー 5月



今月のめあて ・給食について知ろう

27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)
カレーライス あじのナゲット コーンサラダ 牛乳	ごはん 鶏肉のから揚げ ジャがいもとひじきのサラダ えび団子のすまし汁 牛乳	給食なし	給食なし	ゆかりごはん 四方はべんのお好み揚げ うす揚げと キャベツのおひたし あさりの赤だし汁 牛乳
				
<p>給食のカレーは毎月の楽しみのひとつですね。大量調理ならではのおいしさがギュッとつまっています。毎回、バター、油で小麦粉とカレー粉をじっくり炒めて、心を込めてカレールウを手作りしています。</p>	<p>給食の時間は 12 時 20 分～13 時までです。最初の 15 分間で準備をし、25 分間で食べます。決められた時間の中で食べられるように、ご家庭でも時間を少し気にしながら、食事ができるといいですね。</p>		<p>四方はべんは金沢、富山で親しまれているかまぼこです。四角い形をしています。本当は片面が白、反対面が黄色いのだそうですが、給食では両面白色の四方はべんを使っています。もちもちとした歯ごたえがおいしくて人気です。</p>	



新しいクラスにも慣れてきましたね。マナーを守って、給食時間をきもちよくすごしましょう！