



給食カレンダー 5月



今月のめあて ・食べものの旬について知ろう

1 (金)		7 (木)	8 (金)
パン 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 魚のねぎ塩だれ きゅうりと ひじきのピリ辛和え 豆乳ごま担々スープ 牛乳	すし飯 たけのことふきのちらしずし うす揚げと キャベツのおひたし はりはり汁 かしわもち、牛乳 【こどもの日の献立】
			
5月になりました。給食準備をする時間が少しずつ短くなってきました。このさわやかな時期に外遊びで身体を動かし、しっかり食べて元気にすごしてほしいなと願っています。	上の写真は加賀野菜の一つ、加賀太きゅうりです。今年はゴールデンウィークから出荷されています。給食では5、6月に登場します。3年生は総合的な学習の時間に金沢市の農業について学習をします。そこで12日に加賀太きゅうりの生産者の方からお話を聞きました。その後、給食と一緒に食べて交流を深めました。「加賀太きゅうりはふつうのきゅうりの〇本分の重さ。△△1本と同じくらい」など初めて知ることがたくさんありました。	今日のお魚はアジです。「味が美味しいからアジと呼ばれるようになった」という説もある魚です。給食では魚屋さんに40gの切り身にして届けてもらいます。調理場では、衣を付けて、油で揚げ、調理員さん特製のねぎ塩だれをかけました。	こどもの日の献立にはかしわもちがつきます。一年生では生まれて初めてかしわもちを食べる子がクラスの2/3くらいでした。「葉っぱは外しておもちを食べるよ」とお話をしました。今日の献立には元気に育ってほしいとの願いがいつも以上にこもっています。

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 ・食べものの旬について知ろう

1 1 (月)	1 2 (火)	1 3 (水)	1 4 (木)	1 5 (金)
カレー風味ごはん あさりのクリームライス キャベツと豆のスープ フルーツカクテル 牛乳	ごはん ポークシューマイ 焼きそば 太きゅうりと卵の サンラータン 牛乳	ごはん 鶏肉のごま揚げ すき焼き風卵の花炒り煮 わかめと麩のみそ汁 牛乳	ごはん 魚の梅風味 もやしの和え物 けんちん汁 牛乳	パン ミートボールシチュー アスパラガスのソテー 果物（オレンジ） 牛乳
				
今日はカレー風味ご飯の上にクリームソースをかけて食べました。クリームソースの中にはベーコン、あさり、たまねぎ、にんじん、コーン、ぶなしめじが入っています。焼かないドリアのようなメニューです。	サンラータンには加賀太きゅうりが入っています。給食では今年初の登場です。 今日は4限目に3年生が加賀太きゅうりの生産者の方からお話を聞きました。お話を聞いた後に生産者の方と一緒に食べる太きゅうりの味は格別だったと思います。	今日のみそ汁にはおつゆ麩が入っています。金沢市内のお麩屋さんが作っているものです。一口サイズのおつゆ麩はおいしいだし汁をたくさん吸っています。「もちもちしておいしい」「なんで、もとは硬いのになめらかくなるの？」などの声を聞きます。	今日の魚はふくらぎです。油で揚げたふくらぎに特製の梅ソースをかけます。梅びしおに三温糖、本みりん、しょうゆ、清酒などを混ぜて作っています。魚になじみやすいように片栗粉でとろみをつけています。「梅干しは苦手だけどこの魚は食べられたよ」と教えてくれる人もいました。	今日のソテーにはグリーンアスパラガスが入っています。成長期の子どもたちのように、すすくくと伸びていく野菜です。今日は長野県から届きました。アスパラガスだけでなく、ベーコンやキャベツ、コーンも一緒に炒めています。パンに合う味つけですよ。



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 ・食べものの旬について知ろう

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！

18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)
ごはん フライドチキン マカロニアンドチーズ あさり入りガンボ 牛乳 【アメリカの献立】	ごはん さごし竜田揚げ 太きゅうりの そぼろあんかけ めった汁 牛乳 【石川県の郷土料理】	麦ごはん ビビンバ 肉炒め 野菜のナムル もち入りキムチスープ 牛乳	ごはん 車麩の卵とし 大豆と小魚の佃煮 果物（アメリカンチェリー） 牛乳	パン いかバーグ じゃがいもと アスパラガスのサラダ 太きゅうりスープ 牛乳 【旬を感じる献立】
サッカーのワールドカップが近づいてきました。今日は開催国の一つアメリカの献立でした。「あさり入りガンボのガンボって何？」と何人もの人に聞かれました。（ガンボとは野菜の★★★です）トマトの酸味と隠し味のタバスコの辛味がおいしかったです。	今日は石川県にちなんだ献立です。さごしは50cmまでの小さくて若い時期のさわらのことです。さわらは出世魚です。大きさによって、さごし→やなぎざわら→さわらと呼び方が変わっていきます。給食ではさごしを使うことが多いです。	今日のご飯は麦ごはんです。お米の量の10%分の麦を混ぜて炊飯してもらっています。麦が混ざることによって、食物繊維の量がアップします。カレーや丼物のごはんや、わかめご飯の日は3-麦を混ぜたごはんを食べています。	今日の果物はアメリカンチェリーです。1年生では初めて食べる子もいるので、中に種が入っているから口から出すなど食べ方をお話します。「種を持って帰りたい」と希望した子が何人もいたそうです。自宅に植えて、芽が出た時には教えてほしいと思っています。	今日は初夏を味わう献立です。サラダには新じゃがとアスパラガスが入っています。スープには加賀太きゅうりが入っています。アスパラガスは調理員さんが丁寧に穂先を包丁で切ってくれました。太きゅうりは今回はコンソメ味のスープでいただきます。



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 ・食べものの旬について知ろう

25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)
麦ごはん カレーライス ハンバーグ つぼ漬け和え 牛乳	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 かみかみメニューの日 	運動会	運動会予備日	パン マカロニグラタン カレースープ デザート（レモンゼリー） 牛乳
			お弁当を食べます 	
みんな大好きカレーライス。今朝廊下で会った子に「今日の給食は何だと思う？」と聞いたら「カレーライス！」と答えてくれました。「わかってるね」と言うに「今日のメニューは知らなかったけど食べたいからカレーと言った」と驚いていました。一か月に1回のお楽しみです。	明日は運動会なので、給食時間に見てもらう動画も「運動会で力を出し切ろう！」でした。運動会前日と当日の生活や食事についての内容です。学級担任がお話したこと重複している部分もありますが、どれも大切なことなので意識してもらいたいと思っています。	今日は運動会が開催されました。水分、お弁当の準備をありがとうございました。運動場での応援も子どもたちの力になっていましたが、お弁当は運動会が終わってからの最大のお楽しみでした。「これが、デザート」「好きな〇〇が入っていた」と嬉しそうに教えてくれました	運動会予備日のため、今日もお弁当を食べました。5月はお弁当の日が多く、準備は大変だったと思います。昼食時間に教室を回っていると「お弁当見て」と声を掛けてくれる人が多くいました。かわいいお弁当、カラフルなお弁当、ポリューミーなお弁当、にこにこしながら見せてくれました。	グラタンはおいしいのですが、とても手間のかかる献立の一つです。何日も前からどのように作ったら効率よく、美味しく作ることができるかを相談していました。ホワイトソースにかかったチーズが溶けて少し焦げ目がつくことで見た目も香りも良くなります。

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！

