

B 5月 こんだてカレンダー

☆「牛乳」は、毎日つきます。
 ☆「直送品」がある日は色がついています。

月	火	水	木	金	
<p>おにちも はしは毎日持ってきましょう はしマークの日は はしを使いましょう。 スプーンマークの日に スプーンを配りましょう。</p>			<p>1 こめこめんのちゅうかあえ シュウマイ2こ こめことうにゆうパン レタスのスープ</p> <p>こめことうにゆうパンやこめこめんに、こめこ、こめこ、米粉が使われています。</p>	<p>2 こどもの白メニュー さかなすりみカツ こどものひざりー(ちよくそう) ピヨピヨサラダ ハヤシライス ごはん ハヤシシチュー</p> <p>5月5日は「端午の節句」です。少し早いですが、こどもの日ゼリーを用意しました。ゼリーの空き容器は、重ねて食べ残しと一緒にビニールぶくろにまとめて入れてください。</p>	
<p>こんだてカレンダーのみかた動画はこちら!</p>			<p>7 パンパンジー パオズ ごはん ちゅうかどうふ</p> <p>パンパンジーは中華料理の一つです。とり肉に、ごまを使ったタレをかけた料理です。給食では、タレを和えこんでいただきます。</p>	<p>8 こめこマカロニサラダ かぼちゃコロッケ コツペパン チンゲンサイのスープ</p> <p>チンゲンサイは中国から伝わった野菜です。日本では約50年前から食べられるようになりました。</p>	<p>9 わかたけに さばのしおやき ごはん あつあげのみそしる</p> <p>さばのしおやきは「ほねにちゅうい!」 「若竹に」は春に採れるたけのこと、わかめを使った料理のことです。</p>
<p>12 はちじゅうはちや八十八歳メニュー こんぶとまっちゃんふりかけ しろみざかなのフリッター(3こくらい) パッタイふうやきピーン</p> <p>ごはん どうもこしのスープ</p> <p>今日は抹茶を使ったふりかけを出しました。教室に配布しているメモを見てください。 しろみざかなのフリッターは「ほねにちゅうい!」 「3こくらい」はめやすです。</p>	<p>13 ツナとブロッコリーのサラダ にくだんごのケチャップソースかけ(5こくらい)</p> <p>ごはん コツペパン スープ</p> <p>ブロッコリーは緑黄色野菜の一つです。 にくだんごのケチャップソースかけの「5こくらい」はめやすです。</p>	<p>14 はるさめのあまずいため やさいぎょうざ2こ チャーハン わかめスープ</p> <p>チャーハン是新メニューです。漢字で「炒飯」と書くように、ごはんを炒めて作りますが、今日は米と具を一緒にたいて作っています。</p>	<p>15 にんじんとコーンのケチャップいため シルバーのステーキソースかけ チョコレートクリーム</p> <p>ごはん ロールパン2こ はるいろポタージュ</p> <p>シルバーのステーキソースかけは「ほねにちゅうい!」 はるいろポタージュは、春に採れるえんどう豆が入った、きれいな黄緑色のスープです。</p>	<p>16 キャベツとささみのごまずあえ あげたこやき2こ ごはん にくうどんじる</p> <p>たこやきは、大阪府の郷土料理です。郷土料理とは、住んでいる地域で昔から食べられている料理のことです。今日のたこやきは米粉を使っています。</p>	
<p>19 きりぼしだいこんのにくみそ さわらのゆずしょうゆかけ ごはん だんごじる</p> <p>さわらのゆずしょうゆかけは「ほねにちゅうい!」 だんごじるに入っている白玉団子は、よくかんで食べましょう。</p>	<p>20 フルーツゼリーミックス おさかなナゲット2こ クロワッサン アスパラガスのクリーム</p> <p>アスパラガスのクリームには新メニューです。教室に配布しているメモと動画を見てください。</p>	<p>21 ひじきのいために えだまめととうにゆうのかきあげ ごはん ごもくじる</p> <p>今日のかきあげには、豆乳を使っています。豆乳は大豆をすりつぶしてしぼったものです。</p>	<p>22 ハムとチンゲンサイのサラダ しろみざかなフライ タルタルソース</p> <p>ごはん コツペパン チリピーンズ</p> <p>しろみざかなフライは「ほねにちゅうい!」</p>	<p>23 かつおとピーマンのいためもの ひらつくねのてりやき ごはん ぶたじる</p> <p>かつおとピーマンのいためものには「ほねにちゅうい!」</p>	
<p>26 ささみときゅうりのすのもの あじのフライ ごはん じゃがいものしおこうじ</p> <p>あじのフライは「ほねにちゅうい!」 あじは5月～8月ごろにたくさん採れる魚です。</p>	<p>27 ドレッシング ツナサンド カップもたべられるグラタン ごはん チキンヌードルスープ</p> <p>チキンヌードルスープは、アメリカの代表的な家庭料理です。 ツナサンドはパンと一緒に食べてもおいしいです。</p>	<p>28 かつおぶし うめおかかあえ じゃこてん おさかなそぼろ</p> <p>ごはん ふきとつくねだんごのすましる</p> <p>ふきとつくねだんごのすましるは新メニューです。春の時期に食べられるふきを味わってください。 うめおかかあえはクラスでかつおぶしをかけて食べてください。</p>	<p>29 ウィナーとコーンのソテー とりにくのオニオンソースかけ ごはん ぶたにくとキャベツのスープ</p> <p>オニオンソースは、しっかりといためた玉ねぎ、赤ワイン、砂糖としょうゆを使って手作りしています。</p>	<p>30 フローズンヨーグルト(ちよくそう) ミンチカツ ごはん こめこビーフカレーライス こめこビーフカレーシチュー</p> <p>フローズンヨーグルトの容器は、重ねて食べ残しと一緒にビニールぶくろにまとめて入れてください。</p>	

※カレンダーに書いている「○こくらい」は低学年の目安です。重さで量って入れているので、学年や大きさによって数が変わることがあります。

しょうがっこう ぜんきん かにい
 小学校(前期課程)