



5月のこんだて



杉並区立永福小学校

1日（月）	2日（火）	3日（水）	4日（木）	5日（金）
むぎ 麦ごはん おやこ 親子焼き レシピ 新たけのこのみそ汁 やさい 野菜のごまだれあえ ぎゅうにゅう 牛乳	☆端午の節句献立☆ ちゅうか 中華ちまき わんたんスープ フルーツみつ豆 ぎゅうにゅう 牛乳	☆憲法記念日☆ 	☆みどりの日☆ 	☆こどもの日☆
8日（月）	9日（火）	10日（水）	11日（木）	12日（金）
わかめうどん シャキシャキ和え 章だんご ぎゅうにゅう 牛乳	☆3年生さやむき☆ ピースご飯 さけ 鮭の塩焼き・五色煮 こまつな 小松菜ともやしの甘じょうゆ ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ 麦ごはん とりにく 鶏肉のマスタード焼き しろいんげん豆と野菜のスープ ゆで野菜のドレッシングかけ ぎゅうにゅう 牛乳	だいす 大豆入りドライカレー サウピカンサラダ みかんゼリー ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ 麦ごはん なんぶ ホキの南部揚げ さなえ 草笛汁 キャベツのおかか和え ぎゅうにゅう 牛乳
15日（月）	16日（火）	17日（水）	18日（木） ☆国内産☆	19日（金）
むぎ 麦ごはん だいす 大豆入りコロッケ とうふとわかめのみそ汁 もやしの梅じょうゆあえ ぎゅうにゅう 牛乳	て 照り焼きフィッシュバーガー ^や ベジタブルシチュー みしょかん 美生柏 ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ 麦ごはん こうみ さわらの香味焼き じゃがいものきんぴら こまつな 小松菜ともやしの辛子じょうゆ ぎゅうにゅう 牛乳	きりほ 切り干しごはん いかのかりん揚げ さわに 沢煮わん ほく 肉じゃが ぎゅうにゅう 牛乳	やきにく 焼肉チャーハン わかめスープ ちゅうかす 中華酢あえ ぎゅうにゅう 牛乳
22日（月）	23日（火）	24日（水）	25日（木）	26日（金）
ししじゅうしい 焼きししゃも イナムドウチ かぶのレモンじょうゆあえ ぎゅうにゅう 牛乳	ハヤシライス じゃこサラダ メロン ぎゅうにゅう 牛乳	いた 炒めジャージャー麺 ベイクポテト みしょかん 美生柏 ぎゅうにゅう 牛乳	シーフードピラフ キャロットポタージュ ごぼうサラダ ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ 麦ごはん うお 飛び魚ハンバーグ あぶらあ キャベツと油揚げの味噌汁 いとかんてん 糸寒天のごま酢和え すあ ぎゅうにゅう 牛乳
27日（土）	30日（火）	31日（水） ☆国内産☆		
こうや 高野豆腐のそぼろごはん けんちん汁 わかたけ 若竹きゅうり ぎゅうにゅう 牛乳	セサミトースト ポークビーンズ やさい 野菜のピクルス ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ 麦ごはん かつおの磯揚げ むらくも汁 やさい 野菜の煮物 ぎゅうにゅう 牛乳		

☆5月の給食目標☆
食べ方のマナーを知ろう！

