



# 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 や 親子焼き しん 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	たんご せつく こんだて ☆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	けんぽう ねんぴ ☆憲法記念日☆ 	ひ ☆みどりの日☆ 	ひ ☆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 草だんご ぎゅうにゅう 牛乳	ねんせい ☆3年生さやむき☆ ピースご飯 さけ しおや ごしき 鮭の塩焼き・五色煮 こまつな あま 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 とりく や 鶏肉のマスタード焼き しろ まめ やさい 白いんげん豆と野菜のスープ やさい ゆで野菜のドレッシングかけ ぎゅうにゅう 牛乳	だいず い 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 あ ホキの南部揚げ さなえ じる 草苗汁 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 だいず い 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 や 照り焼きフィッシュバーガー ベジタブルシチュー み しょうかん 美生柑 ぎゅうにゅう 牛乳	むぎ 麦ごはん さわら こうみ や さわらの香味焼き じゃがいものきんぴら こまつな からし 小松菜ともやしの辛子じょうゆ ぎゅうにゅう 牛乳	き ぼ 切り干しごはん いかのかりん揚げ さわに 沢煮わん にく じゃが 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 や 焼きししゃも イナムドゥチ 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 めん 炒めジャージャー麺 バイクポテト み しょうかん 美生柑 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 と うお 飛び魚ハンバーグ キャベツと油揚げの味噌汁 いとかんてん す あ 糸寒天のごま酢和え ぎゅうにゅう 牛乳
27日(土)	30日(火)	31日(水) ☆国内産☆		
こうや どうふ 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 いそ あ かつおの磯揚げ むらくも汁 やさい にも 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！