

令和5年度

5月 予定献立表

※牛乳は毎日付きます。予定献立につき、変更になることがあります。

八郎湯町学校給食調理場

月	火	水	木	金
1日	2日 子どもの日メニュー	 5月5日は子どもの日。健やかな成長を祈って、若竹みそ汁が登場します。	 ☆今月の平均栄養価☆ 小学校 エネルギー 632 kcal たんぱく質 26.0 g 脂 質 22.0 g	 ☆今月の平均栄養価☆ 中学校 エネルギー 796 kcal たんぱく質 30.4 g 脂 質 25.2 g
ごはん  まつかぜや 松風焼き ひじき五目煮 じゃがいもと青菜のみそ汁 中学校なし	ちらし ずし 寿司  かつおカツ ごしきあ 五色和え わかたけしる 若竹みそ汁 かしわもち 中学校なし		 	
8日 小学校なし	9日	10日	11日	12日
むぎ 麦ごはん  ぶたどんぐ 豚ごぼう丼 (具) ごましょうゆあえ なめこのみそ汁	ごはん  とりにくこうみや 鶏肉の香味焼き こんにゃくソテー やさいあぶらふ 野菜と油麩のみそ汁	ごはん  さらさあ いかの更紗揚げ きぼだいこん 切り干し大根のハリハリあえ ごもくちゅうか 五目中華スープ	むぎ 麦ごはん  ポークカレー アスパラとツナのサラダ	ごはん  ほっけのごま塩焼き とりにくだいこんにも 鶏肉と大根の煮物 はくさいあつあ 白菜と厚揚げのみそ汁 レモンソーダゼリー
15日 中3なし	16日 中3なし	17日 中3なし	18日	19日 食育の日メニュー
ごはん  にくだんご ビッグ肉団子 (2個) やさいいた 野菜炒め チンゲン菜のスープ	ごはん  たら 鰯のみそマヨ焼き しお 塩きんぴら やさい 野菜のみそ汁	ターメリックライス チリコンカン  フルーツヨーグルト 	ごはん  とわだや 十和田バラ焼き あお 青のりポテト みそワントンスープ	さんさい 山菜ごはん  ハタハタフライ さんしよやさいあ 三色野菜のごま和え とうふのみそ汁
22日 小学校なし	23日	24日	25日	26日
ごぼうピラフ  チーズオムレツ はなやさいかあ 花野菜の変わり揚げ ミネストローネ	ごはん  うめに さんま梅煮 おかかあえ どんじり スタミナ豚汁 アセロラゼリー	ごはん  ぶたにくしょうがや 豚肉の生姜焼き にんじんしりしり あつあだいこんしる 厚揚げと大根のみそ汁	ごはん  さばのカレー焼き ちくげんに 筑前煮 かぶのみそ汁	ごはん  こめこはるまきしゅうちゅうほん 米粉春巻 (小1中2本) むどり 蒸し鶏とひじきのサラダ マーボー豆腐
29日	30日	31日	 毎月19日は食育の日です。給食では旬の食材や郷土料理を中心に提供します。 ぜひご家庭でも話題にしてください。ただけると嬉しく思います。 	
こめこ 米粉パン  ハンバーグデミグラスソース はなやさいか 花野菜のカレーマリネ ポトフ いちごジャム	ごはん  わかどりからあ 若鶏の唐揚げ (小1中2個) ナムル だいこんあおな 大根と青菜のみそ汁	さんさい 山菜うどん  のり入り厚焼き玉子 れんこんのみそマヨサラダ ヨーグルト (ソファールいちご)		

食育だより



令和5年度
5月号

八郎湯町学校給食調理場

給食時間の過ごし方をチェックしよう！

春の天気は変わりやすく、体調も崩しがちですね。生活リズムを整えることで、気持ちも体も調子が整います。早寝早起き朝ごはんを毎日元気に過ごしましょう。

さて、給食時間の過ごし方には慣れてきましたか？クラス全員が一緒に楽しく給食を食べられるように、自分の行動をチェックしてみましょう。



給食時間のマナーをチェックしよう！

① 身支度はととのっていますか？



- ・エプロン、バンダナ、マスクはきれいですか？清潔なものを用意しましょう。
- ・爪は短く切っていますか？手は石けんできれいに洗い、消毒をしましょう。
- ・バンダナは髪の毛が落ちないように身に付けましょう。

② 協力して準備や後片付けをしていますか？

てきはきと準備&後片付けをしましょう。準備を素早くすると、ゆっくりと食べられますよ。

③ 当番以外の人は座って待っていますか？

手洗い等を済ませたら、静かに待ちます。



当番以外の人も
きちんと手を
あらわしましょう！

④ 食事のマナーを守っていますか？

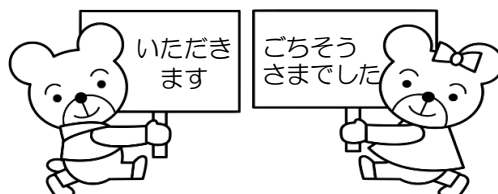
マナーをまもって
たのしい
きゅうしょく！

★よいしせいでたべよう



～せすじは
ピン！
あしの
うらは
ベタ！

★あいさつをしよう



★しょくじちゅうに せきをたたない



★ちゃわんと しるわんを たたく



★たべのこしを しない



※初めに量を調整しましょう