

令和6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
☆今月の平均栄養価☆ 小学校 エネルギー 648 kcal たんぱく質 26.1 g 脂 質 22.2 g	☆今月の平均栄養価☆ 中学校 エネルギー 802kcal たんぱく質 31.9 g 脂 質 27.0 g	1日 中学校休み ごはん ホイコーロー 海の野菜スープ 果物（オレンジ）	2日 中学校休み 青菜ごはん かつおカツ ごましょうゆあえ 厚揚げと玉葱のみそ汁 こどもの白デザート こどもの日メニュー	3日 けんぽう きねんぴ 憲法記念日
6日 5月の食育の日メニュー は、ベルギー料理です。 隣国フランスの影響を受け、美食の国としても知られています。 詳細は裏面をご覧ください。	7日 ごはん 豚肉の生姜焼き ひじきのカレー炒め 野菜と豆腐のみそ汁	8日 小学校休み・中3なし 焼きそば 米粉唐揚げ（2個） チンゲンサイのスープ	9日 中学校なし ごはん 鰯のみそマヨ焼き こんにゃくソテー 白菜としめじのみそ汁 ヨーグルトレーズン	10日 中2中3なし ごはん 十和田バラ焼き 青のりポテト 大根のみそ汁
13日食育の日メニュー コッペパン フリカデル フリッツ ワートルソーイ ミニベルギーワッフル ベルギー料理の日	14日 ごはん さんま梅煮 きんぴらごぼう もやしのみそ汁	15日 ポークハヤシライス （麦ごはん） ビーンズサラダ	16日 麦ごはん 豚ごぼう丼（具） ごまあえ なめこのみそ汁	17日 ごはん ほっけみりん醤油焼き キャベツと厚揚げの味噌炒め 米粉めん入りすまし汁 アセロラゼリー
20日 小学校休み ごはん 豚肉と大豆のかりん揚げ アスパラとツナのサラダ 五目汁	21日 ターメリックライス チリコンカン 海藻サラダ	22日 ごはん いかの更紗揚げ こんにゃくソテー 白菜と厚揚げのみそ汁	23日 ごはん 鶏肉のしょうつつるマヨ焼き ひじきの中華炒め スタミナ豚汁	24日 キムたくごはん レンコン入り焼売 切り干し大根のハリハリあえ かきたまみそ汁
27日 麦ごはん 三色そばろ丼（具） いんげんのごまあえ じゃがいもとわかめのみそ汁	28日 ごはん ハンバーグ和風おろしソース 野菜炒め 高野豆腐のみそ汁	29日 山菜うどん （ゆでうどん） のり入り厚焼き玉子 ごま酢味噌あえ ヨーグルト（ソファール）	30日 ごはん さばの塩焼き 筑前煮 もやしのごまみそ汁	31日 ごはん 春巻き ナムル マーボー豆腐

食育だより



令和6年度
5月号

八郎潟町学校給食調理場

正しいマナーで楽しく食べよう

新しい教室での給食時間には慣れてきましたか？準備や後片付けが素早く丁寧にできるようになったでしょうか。5月の給食目標は正しいマナーで楽しく食べることです。クラス全員が一緒に楽しく給食を食べられるように、自分のマナーをチェックしましょう。

あなたの姿勢はどっち？



給食時間のマナーをチェックしよう！

マナーをまもって
たのしい
きゅうしょく！

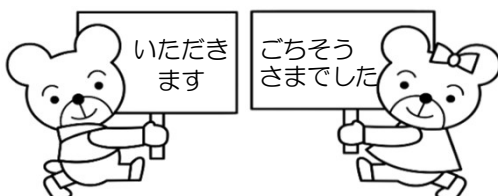
★良い姿勢で食べよう



せすじ
背筋
ピン！
あし
足の裏
ピタッ！

※良い姿勢で食べると、
みめ しょうか
見た目も消化もよいです。

★あいさつをしよう



★食事中は 席を立たない



★食器と箸を 正しく持とう



★食べ物に口を 入れたまま しゃべらない



ROAD TO PARIS 2024 ~パリオリンピック・パラリンピック~



食育の日メニューとして世界の料理や郷土料理を提供します。今夏はパリでオリンピックが開催されます。この機会に世界の国の食文化に触れてみましょう！

- ・フリカデル…オランダ語で肉団子という意味。ベルギーでは肉団子をよく食べる。特にトマトソースは子どもに人気の味。
- ・フリッツ…オランダ語でフライドポテト。ベルギーが発祥の地。日本では、一家に一台炊飯器があるように、ベルギーでは、一家に一台、フライドポテト用の揚げ物機があるくらいの国民食。
- ・ワートルゾーイ…オランダ語でクリーム煮。ワートルは水、ゾーイは煮込むという意味。ベルギー北部フランダース地方の料理。

★ベルギーではオランダ語とフランス語が主に使われています。今回はオランダ語圏の北部の料理を主に紹介しました。