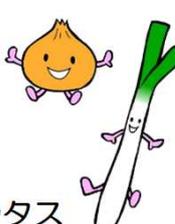


令和7年度

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
<p>こんげつ はちろうがた きん しよくざい 今月の八郎湯産食材</p> <p>にら たま 玉ねぎ なが 長ねぎ リーフレタス</p> 	<p>みその紹介</p> <p>今年度からJA湖東さんの「活きてるみそ」を使っています。原料の大豆とお米は湖東3町産です。</p> <p>みそ汁の味の違いに気付きましたか？</p> 		<p>1日</p> <p>ごはん</p> <p>さばのみそ煮(手作り)</p> <p>塩肉じゃが</p> <p>もやしのごまみそ汁</p> <p>1日は開校記念日・2日は振替休業日のため中学校給食なし</p>	<p>2日 こどもの日メニュー</p> <p>たけのごはん</p> <p>のり入り厚焼玉子</p> <p>おかかあえ</p> <p>鶏団子汁</p> <p>こどもの白デザート</p>
5日 こどもの日	6日 振替休日	7日	8日	9日
<p>☆今月の平均栄養価☆ 小学校</p> <p>エネルギー 655 kcal たんぱく質 28.1 g 脂 質 23.1 g</p>	<p>☆今月の平均栄養価☆ 中学校</p> <p>エネルギー 831 kcal たんぱく質 34.0 g 脂 質 28.0 g</p>	<p>ごはん</p> <p>鶏肉の照り焼き</p> <p>れんこんのみそマヨサラダ</p> <p>じゃがいもと玉ねぎのみそ汁</p>	<p>小学校開校記念日 中学校校外学習</p> <p>のため 給食お休みです</p>	<p>麦ごはん</p> <p>豚ごぼう丼(真)</p> <p>ごましょうゆあえ</p> <p>とうふのみそ汁</p>
12日	13日	14日	15日	16日
<p>ごはん</p> <p>いわしの梅煮</p> <p>筑前煮</p> <p>豚バラと野菜のピリ辛みそ汁</p>	<p>麦ごはん</p> <p>チキンカレー</p> <p>フルーツ杏仁</p>	<p>麦ごはん</p> <p>三色そばろ丼(真)</p> <p>アスパラとツナのサラダ</p> <p>白菜と厚揚げのみそ汁</p>	<p>ごはん</p> <p>いかの香味焼き</p> <p>切り干し大根のハリハリあえ</p> <p>麻婆豆腐</p>	<p>ごはん</p> <p>米粉唐揚げ(2個)</p> <p>こんにやくソテー</p> <p>豆腐と野菜のみそ汁</p>
19日 食育の日メニュー	20日	21日	22日	23日
<p>セルフキンパ</p> <p>・キムたくごはん</p> <p>・玉子焼き/きゅうり(各2本)</p> <p>・手巻きのり</p> <p>チョレギ風サラダ</p> <p>韓国風鶏のスープ</p>	<p>ごはん</p> <p>のり塩ポテトコロケ</p> <p>肉野菜炒め</p> <p>高野豆腐のみそ汁</p>	<p>ごはん</p> <p>鶏の利休焼き</p> <p>炒り豆腐</p> <p>野菜のみそ汁</p>	<p>ごはん</p> <p>マスのみりん醤油焼き</p> <p>キャベツと厚揚げのみそ炒め</p> <p>沢煮椀</p>	<p>ターメリックライス</p> <p>チリコンカン</p> <p>人参と新玉ねぎのサラダ</p>
26日	27日	28日	29日	30日
<p>食パン</p> <p>バーベキューチキン</p> <p>ポテトのチーズ煮</p> <p>八郎湯レタスと卵のスープ</p> <p>チョコ大豆</p>	<p>ごはん</p> <p>ぎょうざ(小2個中3個)</p> <p>ナムル</p> <p>スタミナ豚汁</p>	<p>山菜うどん</p> <p>(ゆでうどん)</p> <p>きんぴら入りつくね</p> <p>バラバラかき揚げ</p> <p>レモンソーダゼリー</p>	<p>ごはん</p> <p>豚肉のたれ焼き</p> <p>青のりポテト</p> <p>玉ねぎと青菜のみそ汁</p>	<p>ごはん</p> <p>ほっけピリ辛焼き</p> <p>蒸し鶏とひじきのサラダ</p> <p>貝だくさんごまみそ汁</p>

食育だより



令和7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！

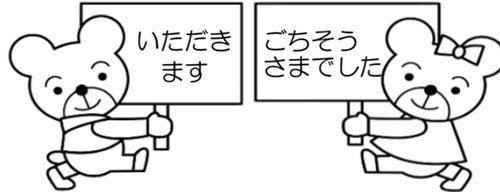
★良い姿勢で食べよう



せすじ
背筋
ピン！
あし
足の裏
ピタッ！

※良い姿勢で食べると、
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
ただ正しく持とう



★食べ物を口に
入れたまま
しゃべらない



給食のみそができるまで

出荷まで1年間おいて、発酵・熟成させます



①大豆を蒸す



②蒸した大豆をつぶす



③つぶした大豆、塩、米麴を混ぜ合わせる



きゅうしょく する
給食のみそ汁の
つくかた
作り方

だし



①だしをとる



②実を煮る



③みそで味付けをする

※具材にあわせて煮干し、昆布、かつおぶしなどからだしをとります。