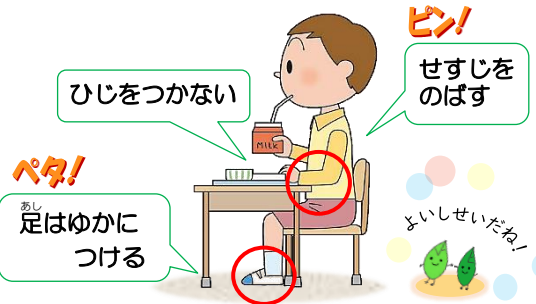


# 5月こんだて

## 食事のマナーを意識して食べよう

### ① よい姿勢で食べよう



### ② 食べている途中で立ち歩かない



### ③ 食事にふさわしい話をしよう



### ④ よくかんで食べよう



みんなで気持ちよく食べるために気をつけようね

### おしらせ

◎ 食物アレルギーのある方に対応するため、「詳細な献立表」や「原材料配合表」を提供しています。ご希望の方は学校にお申し出ください。  
◎ 魚の骨には気をつけて食べてください。

## こんだて

☆ 牛乳は毎日つきます  
(☆ 毎月19日は「食育の日」です)  
おもなざいりょう (たべものはたらき)

<b>赤</b> おもに体を つくるもと になる食品	<b>緑</b> おもに体の 調子を整え るもとに なる食品	<b>黄</b> おもに エネルギー のもとに なる食品
-------------------------------------	--------------------------------------------	------------------------------------------

7(木) こどもの日 こんだて	ほうれんそうの ごまあえ かつおカツ	たけのこ ごはん かしわもち	すまし じる
-----------------------	--------------------------	----------------------	-----------

ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ とうふ わかめ かつおカツ	たけのこ にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ ほうれんそう キャベツ	こめ あぶら ごま さとう かしわもち
------------------------------------------------	-------------------------------------------------------	---------------------------------

14(木)	あまなつくり フルーツミックス	むぎ ごはん	チキン カレー
-------	--------------------	-----------	------------

ぎゅうにゅう とりにく たまねぎ にんにく しょうが りんご あまなつみかん みかん	にんじん たまねぎ にんにく しょうが りんご	こめ むぎ じゃがいも あぶら りんご パイナップル もも(おうとう)
-----------------------------------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------------------------

21(木)	こんにやく ソテー	むぎ ごはん	ふわふわどん
-------	--------------	-----------	--------

ぎゅうにゅう とりにく たまご とうふ ふたにく	にんじん たまねぎ ほししいたけ ねぎ こまつな もも(おうとう)	こめ むぎ ふ さとう でんぶん こんにやく ごまあぶら
--------------------------------------	--------------------------------------------------	------------------------------------------------

28(木) 大阪府の料理	ゆかりあえ たこやき	むぎ ごはん	にくすい
-----------------	---------------	-----------	------

ぎゅうにゅう ふたにく とうふ	にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ キャベツ きゅうり しそ	こめ むぎ たこやき
-----------------------	---------------------------------------------------	------------------

1(金)	ポーク ケチャップ	アップルパン	アルファベット スープ
------	--------------	--------	----------------

ぎゅうにゅう とりにく ふたにく	りんご たまねぎ にんじん エリンギ	パン (こむぎこ-こめこ) マカロニ じゃがいも あぶら さとう
------------------------	-----------------------------	-------------------------------------------------

8(金)	マーシャルピンス	小パン	スパゲッティ ナポリタン
------	----------	-----	-----------------

ぎゅうにゅう ウインナー こなチーズ	にんじん たまねぎ マッシュルーム ピーマン キャベツ とうもろこし	パン (こむぎこ-こめこ) スパゲッティ オリーブゆ さとう ドレッシング マーシャルピンス マヨネーズ
--------------------------	---------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------

15(金)	アプリコットジャム	ゆでとうもろこし	いわしの トマトに ポテト スープ
-------	-----------	----------	----------------------------

ぎゅうにゅう ベーコン いわしの トマトに	たまねぎ にんじん えのきたけ パセリ とうもろこし	パン (こむぎこ-こめこ) じゃがいも ジャム
--------------------------------	----------------------------------------	----------------------------------

22(金) アメリカの料理	てりやき パティ	ゆでキャベツ	コーン ポタージュ
------------------	-------------	--------	--------------

ぎゅうにゅう ベーコン ちゅうりょう ぎゅうにゅう バーガーパティ	たまねぎ にんじん ふなしめじ とうもろこし こまつな にんにく しょうが	パン (こむぎこ-こめこ) じゃがいも さとう でんぶん りんご キャベツ
-----------------------------------------------	---------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------

29(金)	チーズ ポテト	小ココア あげパン	ジュリアン スープ
-------	------------	--------------	--------------

ぎゅうにゅう とりにく ベーコン チーズ	たまねぎ にんじん キャベツ セロリ とうもろこし こまつな パセリ	パン (こむぎこ-こめこ) あぶら ミルメーク じゃがいも マーガリン
-------------------------------	------------------------------------------------------	----------------------------------------------------

11(月)	チキンチキン ごぼう	むぎ ごはん	みそしる
-------	---------------	-----------	------

12(火)	アセロラゼリー	コーン キャベツ	ミートボールと だいずの ケチャップに
-------	---------	-------------	---------------------------

13(水) 韓国の料理	ビビンバ	むぎ ごはん	わかめ スープ
----------------	------	-----------	------------

ぎゅうにゅう とうふ わかめ むぎみそ とりにく	にんじん だいこん ねぎ ごぼう えだまめ	こめ むぎ じゃがいも でんぶん あぶら さとう
--------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------------

ぎゅうにゅう ミートボール だいず ベーコン	たまねぎ にんじん ふなしめじ えだまめ キャベツ とうもろこし	パン (こむぎこ-こめこ) じゃがいも さとう あぶら ゼリー
---------------------------------	-------------------------------------------------	------------------------------------------------

ぎゅうにゅう ベーコン とうふ わかめ とりにく あかみそ	だいこん にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ ほうれんそう もやし	こめ むぎ ごまあぶら さとう ごま とうもろこし にんにく しょうが オレンジ
----------------------------------------------	------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------

21(木)	こんにやく ソテー	むぎ ごはん	ふわふわどん
-------	--------------	-----------	--------

18(月) がぶつ!と食べよう 山口	りんご ゼリー	むぎ ごはん	あじだんご じる
--------------------------	------------	-----------	-------------

19(火)	やさいジュース	小パン	やきそば
-------	---------	-----	------

20(水)	もやし ナムル	むぎ ごはん	じゃがいもの チゲふうみそしる
-------	------------	-----------	--------------------

ぎゅうにゅう あじだんご あぶらあげ とりにく ひじき	にんじん たまねぎ だいこん ねぎ れんこん	こめ むぎ ごまあぶら さとう ごま りんごゼリー
-----------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------------

ぎゅうにゅう ふたにく いか かまぼこ まぐろみすに ジュース	にんじん キャベツ たまねぎ もやし ごぼう きゅうり	パン (こむぎこ-こめこ) やきそばめん あぶら ドレッシング マヨネーズ
------------------------------------------------	--------------------------------------------	------------------------------------------------------

ぎゅうにゅう ふたにく あつあげ むぎみそ きゅうり ごま	にんじん もやし はくさいキムチ にら きゅうり ごま	こめ むぎ じゃがいも はるまき あぶら ごまあぶら さとう
----------------------------------------------	--------------------------------------------	--------------------------------------------------

28(木)	ゆかりあえ たこやき	むぎ ごはん	にくすい
-------	---------------	-----------	------

25(月)	アーモンド	むぎ ごはん	おじゃがもち じる
-------	-------	-----------	--------------

26(火)	かいそうとツナの サラダ	小パン	チキン ビーンズ
-------	-----------------	-----	-------------

27(水)	もやしの じゃこあえ	小ごはん	かきあげ うどん
-------	---------------	------	-------------

ぎゅうにゅう あぶらあげ ひらてん ホキ むぎみそ チーズ	にんじん だいこん こまつな レモン パセリ	こめ むぎ おじゃがもち マヨネーズ アーモンド
----------------------------------------------	------------------------------------	--------------------------------------

ぎゅうにゅう とりにく だいず かいそう まぐろみすに	たまねぎ にんじん パセリ トマト キャベツ きゅうり	パン (こむぎこ-こめこ) じゃがいも さとう アーモンド ドレッシング
-----------------------------------------	--------------------------------------------	-----------------------------------------------------

ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ わかめ しらすほし ヨーグルト	たまねぎ にんじん ねぎ やさいかきあげ もやし キャベツ	こめ うどん さとう あぶら ごまあぶら
--------------------------------------------------	----------------------------------------------	----------------------------------

ぎゅうにゅう ふたにく とうふ	にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ キャベツ きゅうり しそ	こめ むぎ たこやき
-----------------------	---------------------------------------------------	------------------