



5月分学校給食献立表



美里町立美里中学校

給食目標：正しく配膳をしよう ~食器の置き方を確認~

月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI
1 こどもの日献立 クリームソーダゼリー、五目ごはんの具、すめし、鮭の焼き漬け、若竹汁、牛乳	2 ハンバーガーを作ろう コールスロースラダ、ハンバーグトマトソース、子どもパンスライス、スライスチーズ、オニオンスープ、牛乳	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日
8 吉野汁=とろみをつけた汁物 こんにゃくと豚肉の煮物、鶏の香味焼き、わかめごはん、吉野汁、牛乳	9 人気の揚げパン♪ きのことサラダ、揚げパン、きなこ、ミートボールスープ、牛乳	10 ジャガイモの栄養は？ ツナのポパイサラダ、おにぎり、じゃがいもの磯煮、甘納豆蒸しパン、牛乳	11 よくかんで食べよう 切り干しの炒り煮、ごはん、さばのカレーマヨやき、なめこ汁、牛乳	12 いそべ揚げは「あおのり」入り 即席漬け、地粉うどん、ちくわの磯辺揚げ、山菜うどん汁、牛乳
15 美里町産のきゅうり！ きゅうりのピリッと漬け、あじフライ、ごはん、肉豆腐、牛乳	16 コーンフレークをつけたチキンのフレーク焼き アスパラとベーコンのソテー、チキンのフレーク焼き、パイパン、アルファベットスープ、牛乳	17 さくさくれんこん入りのメンチカツ おひたし、おにぎり、れんこん入りメンチカツ、根菜汁、牛乳	18 ヨーグルトはカルシウムがたっぷり！ いちごヨーグルト、ごまドレッシング和え、ごはん、オムレツ、ポークハヤシ、牛乳	19 手作りかぼちゃのチーズ焼き！！ グリーンサラダ、かぼちゃとフランクのチーズ焼き、バターロールパン、マカロニクリームスープ、牛乳
22 ごはんがすすむしょうが焼き おかか和え、豚のしょうが焼き、ごはん、わかめスープ、牛乳	23 ひんやり冷たいフルーツポンチ フルーツポンチ、飲むヨーグルト、チキンナゲット、クロワッサン、ナポリタン、牛乳	24 ごぼうの栄養は？ 揚げじゃがの金平、おにぎり、ハガツオのしょうゆ焼、き、ワンタンスープ、牛乳	25 スタミナ丼の具をごはんのにのせよう 切り干しのスタミナ丼の具、ごはん、鶏の塩こうじ焼き、えのきのみそ汁、牛乳	26 具だくさんのラーメンの汁 こんにゃくサラダ、中華麺、春巻き、タンメンの汁、牛乳
29 ねぎを使った南蛮ソース もやしのごま酢和え、たらの南蛮漬け、ごはん、豚汁、牛乳	30 手作りとりのピザ焼き ブロッコリのごまマヨ和え、鶏のピザ焼き、ライスボールパン、コンソメスープ、牛乳	31 鉄分たっぷりメニュー 河内晩柑、おにぎり、レバーのバーベキューソース、春雨スープ、牛乳	毎週水曜日は「おにぎりの日」 おにぎりは1~2個くらいが適量です。おにぎりの中身は「梅干し」のみ、海苔は巻いても巻かなくても、自由です。	
~食器の置き方を確認~ 				