

5月の献立		おもな食品と体内でののはたらき		
		体を作る	エネルギー源	体の調子を整える
4	たけのこごはん チキンミートボール (パインナップル入り) ガーデンサラダ ベリーメドレー 牛乳★	チキンミートボール 牛乳★	ごはん サラダ油 はちみつ	たけのこ、油揚げ、にんじん パインナップル、だし、しょう ゆ、みりん、酒 レタス、紫キャベツ、コーン 酢 いちご、ブルーベリー
11	とん汁 ごはん キャベツとりんごのサラダ クリームパフ★ 牛乳★	豚ひき肉 クリームパフ(卵★ スキムミルク★) 牛乳★	ごはん みそ、さといも サラダ油 小麦粉 砂糖	ごぼう、にんじん、大根、糸 こんにゃく、油揚げ キャベツ、リンゴ、酢
18	ミートソーススパゲティ ゆでブロッコリー いちごムースゼリー★ 牛乳★	牛ひき肉 ゼラチン(ゼリーミ ックス) 生クリーム★ 牛乳★	ウスターソース トマトソース サラダ油 砂糖 スパゲティパスタ	玉ねぎ、にんじん、ホールトマ ト ブロッコリー
25	わかめごはん フィッシュスティック (ケチャップ付き) レタス、ハム、コーンの甘 酢サラダ バナナ 牛乳★	フィッシュスティック (白身魚、牛乳)★ ハム 牛乳★	ごはん サラダ油 砂糖 ケチャップ	わかめ レタス、コーン、酢 バナナ

朝晩の気温差も少しずつ和らぎ、草花の緑がとても鮮やかに目にうつります。外遊びにもとても楽しい季節となりました。皆さんが入学・進級してもうすぐ1ヶ月が過ぎようとしています。土曜日の学校生活にも少しずつ慣れて、毎週の給食を楽しみにしてくれているお子様も多いのではないのでしょうか。土曜学校のキッチンスタッフは、給食を通して、食事は楽しい！体にはもちろん、心にもおいしい、と思っただけのような給食を献立作りから調理、配膳まで心を込めて行っています。



★はアレルギー特定原材料：たまご、落花生、乳（乳製品も含む）