



新緑の季節になり、春の旬をたくさん味わえる時期となりました。進級して一か月が経ち、土曜学校にも少しづつ慣れ、元気に遊ぶみなさんの声が校庭から聞こえてきます。5月は急に暑くなることも有り、体温調節の難しい季節です。ご家庭でも食事の栄養バランスや十分な睡眠をとるように心がけましょう。給食の時間の中では好き嫌い関係なく、なんでもよく食べられるように、安全・安心な給食作りに努めて行きたいと思えます。

なお 校内ではウォーターファウンテンの使用が可能です。水分補給、水筒のお水の補充にご利用いただけますので、お子様にもお伝えください。

わたしたちが  
作っています



土曜学校キッチンスタッフ

ケネディ 昭子・川本 敦子・辻 真知子  
コルダール あかり・津村 美樹

5月の献立		おもな食品と体内でのほたらき		
		体を作る	エネルギー源	体の調子を整える
7	たけのこごはん チキンミートボール (パイナップル入り) ガーデンサラダ ベリーメドレー 水	チキンミートボール(大豆製品・小麦粉)	ごはん サラダ油 はちみつ	たけのこ、油揚げ、にんじん パイナップル、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
14	とん汁 ごはん ゆでブロッコリー いちごムースゼリー★ 水	豚ひき肉 ゼラチン 生クリーム★	ごはん みそ、さといも サラダ油 イチゴゼリーのもと 砂糖	ごぼう、にんじん、大根、 糸こんにゃく、油揚げ ブロッコリー
21	わかめごはん フィッシュスティック (ケチャップ付き) ポテトサラダ★ バナナ 水	フィッシュスティック (白身魚、パン粉、牛乳)★ ポテトサラダ(卵)★	ごはん サラダ油 砂糖 ケチャップ じゃがいも マヨネーズ★	わかめ きゅうり バナナ
28	お休み No school			

★はアレルギー特定原材料:たまご、落花生、乳(乳製品も含む)

食物アレルギーをお持ちのお子様のご家庭へ(対面授業受講の生徒のみ)

毎月の献立表をご覧ください、お子様が召しあがることのできないメニューがある場合は、学校オフィスにご連絡ください。ご自宅から代替品をお持ちいただくか、献立内の1品を除いて配膳するという対応をしています。saturdayschool@bcacademy.com TEL 425-649-0791 Option.9

For families of children with food allergies (only for students taking in person classes)

Please see the monthly menu and contact the school office if there are menus that your child cannot eat. You can either bring a replacement from your home or we can serve without an item in the menu. saturdayschool@bcacademy.com TEL 425-649-0791 Option.9