


令和2年度 5月分献立表（小学校）

筑紫野市学校給食共同調理場

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|--|---|--|
|  <div style="text-align: center;"> <p>食について考えよう！毎月19日は食育の日</p> <p>朝食を食べて3つのスイッチ ON</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>頭</p> <p>脳を働かせるために必要なブドウ糖を補給し、朝から脳を元気に動かします。</p> <p>お勤めの食材 ごはん・パン・麺など</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>体</p> <p>寝ている間に下がった体温を上げて、体全体を目覚めさせます。</p> <p>お勤めの食材 肉・魚・卵・大豆製品など</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>お腹</p> <p>胃腸を刺激し、便通を良くします。</p> <p>お勤めの食材 野菜・きのこ・果物など</p> </div> </div> </div> | | | | 8 |
| | | | | 麦ご飯 ワンタンスープ 白身魚のチリソース チンゲン菜の中華和え 【世界の料理：中華人民共和国】 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 麦ご飯 みそ汁 鰹と筍の煮物 昆布和え 【鉄人献立】 | 中華丼(麦ご飯) 焼き春巻き 中華炒め | ワンローフパン 豆乳クラムチャウダー 鶏のレモンソース煮 コールスロー 一食いちじくジャム <入学式> | 麦ご飯 すまし汁 さばみそホイル 新ごぼうのきんぴら 【和食の日】 | ハヤシライス(麦ご飯) ベーコンポテト オレンジ |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 麦ご飯 さつま汁 きびなごカリカリフライ ゆかり和え | わかめ麦ご飯 肉うどん (うどん 肉うどんの具) 小松菜のごま和え 一食いりこ | ワンローフパン 新玉ねぎのスープ ハンバーグのケチャップソース ポテトサラダ | 麦ご飯 高野豆腐の煮物 あじの塩焼き 切干大根の即席漬け 【ファイバー献立】 | ポークカレー(麦ご飯) 福神漬 フルーツミックス |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 麦ご飯 肉団子汁 さんまのかば焼き ブロッコリーのごま和え | 麦ご飯 家常豆腐 焼き餃子 海藻サラダ | 胚芽食パン チキンとトマトのスパゲッティ グリーンアスパラガスのソテー オレンジ | 麦ご飯 新じゃが芋のそぼろ煮 いわし佃煮 もやしとキャベツのごま酢和え アセロラゼリー | 麦ご飯 つみれ汁 カレーコロッセ 茎わかめの炒め煮 一食やさいふりかけ |

世界の料理・・・中華人民共和国（中国）の料理です。

鉄人献立・・・鰹には、鉄がたくさん含まれています。

和食の日・・・和食では、素材の持ち味を引き出すために「だし」を使います。

給食でも、すまし汁などのだしには昆布と鰹節、みそ汁やうどんなどのだしにはいりこを使っています。

ファイバー献立・・・切干大根には食物繊維がたくさん含まれています。

☆入学式当日の給食については、変更・中止となる場合があります。

☆材料入荷の都合などにより、献立を変更することがあります。

☆牛乳は毎日あります。

☆献立表裏面の★印については、各学校に配布した資料「令和2年度学校給食で使用する物資一覧（★印表）」に詳しく記載しています。資料につきましては、各学校にお問い合わせください。

☆裏面のアレルギー表示の※印の表示は、その加工品に※印の食品は含まれていませんが、同じ製造工場に※印の食品を含む加工品が製造されていることを表しています。

☆学年により、主食や副食の量が違うことがあります。

☆食物アレルギーや献立内容などお尋ねになりたいことがありましたら、共同調理場へご連絡ください。

TEL 092-923-6466