

令和2年度 5月分献立表（中学校）

筑紫野市学校給食共同調理場

月	火	水	木	金
 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p style="text-align: center;">食について考えよう！毎月19日は食育の日</p> <p style="text-align: center;">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>				
【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 《入学式》	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	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】	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】
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	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】	麦ご飯 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、同じ製造工場で※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