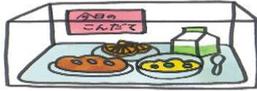




令和2年 5月分 中学校給食盛りつけ一覧表



スープカレー～29日の献立から～

スープカレーは、北海道の郷土料理です。
 とろみのついたルウカレーとは異なり、サラサラとしたスープ状のカレーです。食べ方に特に決まりはありませんが、スプーンでご飯をとり、スプーンにつけて食べるのが一般的です。

給食では、煮干しと昆布からとっただし汁と鶏がらスープをもとにカレー粉、ガラムマサラ、オールスパイス、バジル粉などを使用してスープを作ります。具材は、鶏肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、アスパラガスです。じゃが芋は、素揚げしています。

1年の中でも過ごしやすい気候の5月ですが、日中は日差しが強く、汗ばむほどの日もあります。急に気温が上がったときには、こまめな水分補給を心掛けて熱中症を予防しましょう。また、食事と睡眠をしっかりとり、元気に体を動かして、心と体の調子を整えることも大切です。

4日(月) みどりの日 	5日(火) こどもの日 	6日(水) 振替休日 	7日(木) 臨時休校	8日(金) 臨時休校
11日(月) 臨時休校	12日(火) 臨時休校	13日(水) 臨時休校	14日(木) 臨時休校	15日(金) 臨時休校
18日(月) 分散登校日	19日(火) 分散登校日	20日(水) 分散登校日	21日(木) 分散登校日	22日(金) 分散登校日
25日(月) 牛乳 ごまマヨネーズ和え ツナそぼろごはん みそ汁 スプーン	26日(火) 牛乳 メープルジャム 蒸し野菜しいらのマヨネーズソース焼き コッペパン コーンチャウダー スプーン	27日(水) 牛乳 蒸し野菜はんぺんの変り揚げ 麦ごはん じゃが芋のそぼろ煮 スプーン	28日(木) 牛乳 チンジャオロースー 麦ごはん ワンタンスープ スプーン	29日(金) 牛乳 フルーツのヨーグルト和え 麦ごはん スープカレー スプーン

食器太い線=大わん (ピンク)

細い線=小わん (ブルー)

点線=浅い皿 (パン皿)

二重線=大皿 (カレー皿)

長い点=深皿 (グリーン)

スプーン

はし=

食器は、よく確かめて盛りつけましょう

