





令和3年5月分 中学校給食盛りつけ一覧表

<p>憲法記念日</p> 	<p>みどりの日</p> 	<p>こどもの日</p> 	<p>6日(木)</p> <p>牛乳</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>手作りハヤシライス</p> <p>スプーン</p>	<p>7日(金)</p> <p>牛乳</p> <p>蒸しキャベツ 鯛のたまり唐揚げ</p> <p>しそふりかけ 麦ごはん</p> <p>かきたま汁</p>
<p>10日(月)</p> <p>ヨーグルト</p> <p>牛乳</p> <p>ひじきと卵のスープ</p> <p>豚キムチごはん</p> <p>スプーン</p>	<p>11日(火)</p> <p>牛乳</p> <p>ミニトマト 鶏肉のマーマレード焼き</p> <p>コッペパン</p> <p>スープスパゲティ</p> <p>スプーン</p>	<p>12日(水)</p> <p>牛乳</p> <p>蒸しキャベツ はんぺんの抹茶揚げ</p> <p>麦ごはん</p> <p>豚肉と厚揚げの生姜炒め</p>	<p>13日(木)</p> <p>牛乳</p> <p>野菜のスープ煮</p> <p>チキンライスのトマトソースかけ</p> <p>スプーン</p>	<p>14日(金)</p> <p>牛乳</p> <p>もやしの海苔ごま和え しいらのマヨネーズ焼き</p> <p>麦ごはん</p> <p>五目 きんぴら</p>
<p>17日(月)</p> <p>牛乳</p> <p>フルーツポンチ</p> <p>福神漬 麦ごはん</p> <p>手作りポークカレー</p> <p>スプーン</p>	<p>18日(火)</p> <p>牛乳</p> <p>マヨドレッシングサラダ</p> <p>コッペパン</p> <p>鶏肉とじゃが芋のケチャップ煮</p> <p>スプーン</p>	<p>19日(水)</p> <p>牛乳</p> <p>蒸し野菜 豚肉の伊勢茶煮</p> <p>麦ごはん</p> <p>めかぶ汁</p>	<p>20日(木)</p> <p>牛乳</p> <p>蒸しキャベツ 豆腐の揚げ煮</p> <p>わかめごはん</p> <p>新じゃがのそぼろ煮</p>	<p>21日(金)</p> <p>牛乳</p> <p>パンサンスー</p> <p>麦ごはん</p> <p>ホイコーロー</p>
<p>24日(月)</p> <p>牛乳</p> <p>和風サラダ</p> <p>手作り佃煮 麦ごはん</p> <p>親子煮</p>	<p>25日(火)</p> <p>牛乳</p> <p>ドレッシングサラダ</p> <p>コッペパン</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>いちごジャム</p> <p>スプーン</p>	<p>26日(水)</p> <p>牛乳</p> <p>蒸しキャベツ 鯉の甘味噌和え</p> <p>麦ごはん</p> <p>けんちん汁</p>	<p>27日(木)</p> <p>牛乳</p> <p>あらめのナムル風サラダ</p> <p>麦ごはん</p> <p>豆腐の中華煮</p> <p>スプーン</p>	<p>28日(金)</p> <p>牛乳</p> <p>コーンチャウダー</p> <p>ジャンバラヤ</p> <p>スプーン</p>
<p>31日(月)</p> <p>りんごゼリー</p> <p>牛乳</p> <p>沢煮わん</p> <p>ツナそぼろごはん</p> <p>スプーン</p>	<p>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、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。</p>			

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

