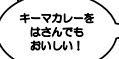
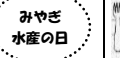
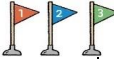
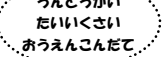




《家庭配布用》

(小学校)

TEL:349-0588

日	曜	きゅうしょく はしのがつこ う・がくねん	おしらせ	こんだてめい		しようするおもなしょくざい				えいようか	
				しゅしょく	おかず	 赤色の食品 (血や肉になる)	 緑色の食品 (体の調子を整える)	 黄色の食品 (熱や力になる)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	
1	水	きゅうしょくなし	新茶の季節です！ はちじゅうはちや 「八十八夜」とは？ 	立春から数えて88日目にあたる日を「八十八夜」といい、今年は5月1日が八十八夜に当たります。 八十八夜は夏の準備をする日で、縁起のいい日ともされています。この頃は安定した 気候になることから、米のもみまきや茶つみなどの農作業を行う目安とされてきました。 八十八夜に摘みとるお茶は、不老長寿の縁起物として大切にされています。ご家庭でも、新茶を味わってみませんか？							
2	木	きゅうしょくなし									
3	金	けんぼうきねん日									
6	月	ふりかえきゅう日									
7	火	 キーマカレー はさんでも おいしい！	せわり ソフトパン	てつばんキーマカレー スコッチブロス かわちばんかん	 ぶたにく ぶたレバー だいず ひよこめ ウインナー	たまねぎ にんじん とうもろこし トマト ブルーン だいこん キャベツ かわちばんかん おむぎ	609	27.1			
8	水	 はしを 上手に 使う	利府町産米の ごはん	ぶたにくのあまからあげ きりぼしだいこんのごもくに わかたけじる	 ぶたにく さつまあげ ★わかめ とうふ なた	だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん たけのこ みつば	★ごはん こむぎこ でんぶん だいずあぶら さとう こめあぶら	626	22.3		
9	木		バターロール パン	とりにくのプロバンスふう オニオンツナサラダ コーンポタージュ	 とりにく ツナ	たまねぎ トマト キャベツ ★きゅうり パプリカ にんじん とうもろこし	パン オリーブオイル さとう ドレッシング じゃがいも バター シチュールウ なまクリーム	645	29.0		
10	金		利府町産米の ごはん (のりふりかけ)	さわらのさいきょうやき こまつなごまあえ あぶらふのみそしる	 のり さわら みそ あぶらあげ かつおぶし とうふ	こまつな もやし にんじん だいこん えのきたけ	★ごはん さとう ごま ごまあぶら あぶらふ	582	26.0		
13	月		利府町産米の ごはん	ショウロンボウ(2こ) 利府わかめのチョレギサラダ みそワタンスープ	 ぶたにく ★わかめ のり みそ	キャベツ たまねぎ たけのこ しいたけ ★きゅうり にんじん もやし とうもろこし こまつな	★ごはん はるさめ ごま でんぶん ドレッシング こむぎこ ごまあぶら さとう	609	18.0		
14	火		ミルクパン	だいずいりパンネのポロネーゼ アンサンブルエッグ はなやさいサラダ	 だいず ぶたにく たまご ベーコン チーズ	たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース トマト ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	パン ベンネ オリーブオイル さとう ドレッシング じゃがいも でんぶん	656	27.2		
15	水	 みやぎ 水産の日	 食育の日 こんだて	かつおメンチカツ とりにくとたけのこのにも 利府わかめとしんじやがのみそしる	 かつお とりにく なまあげ あぶらあげ ★わかめ みそ	たまねぎ にんじん こんにゃく たけのこ さやいんげん	★ごはん パンこ こむぎこ だいずあぶら こめあぶら さとう じゃがいも	625	25.3		
16	木		ソフトパン	ハンバーグのオニオンソース アスパラガスのサラダ しろはなまめのポタージュ	 ぶたにく とりにく ハム ベーコン しろはなまめ チーズ	たまねぎ アスパラガス カリフラワー ★きゅうり とうもろこし にんじん	パン こめあぶら さとう でんぶん ごま ドレッシング じゃがいも バター シチュールウ なまクリーム	707	27.7		
17	金	 うどんが おいしい おうえん こんだて	利府町産米の ごはん	ぶたキムチスタミナどんぐ かつ！のりサラダ さめだんごとくさいのスープ	 ぶたにく こんぶ みそ ツナ かつおぶし のり さめ とりにく	はくさい だいこん にんじん にら ねぎ もやし こまつな ★きゅうり たけのこ たまねぎ	★ごはん ごまあぶら さとう ドレッシング パンこ はるさめ	592	27.5		
20	月		利府町産米の ごはん	さけのしょうゆこうじやき じゃがいものそぼろに ポテトかんのてづくりとってなげ	 さけ ぶたにく	にんじん たまねぎ こんにゃく グリーンピース だいこん ごぼう しいたけ はくさい ねぎ	★ごはん じゃがいも こめあぶら さとう でんぶん こむぎこ あぶらふ	597	26.0		
21	火		バターロール パン	ぎゅうにくいりコロケ とりにくとたまのトマトに しおこうじりやさいスープ	 ぎゅうにく とりにく だいず ベーコン	たまねぎ えだまめ トマト にんじん キャベツ とうもろこし	パン じゃがいも だいずあぶら オリーブオイル さとう パンこ でんぶん こむぎこ	694	28.7		
22	水	菅小	利府町産米の ごはん	ちゅうかはんのぐ にくだんご(2こ・中3個) フルーツあんんにあえ	 ぶたにく いか とりにく	たまねぎ にんじん はくさい もやし こまつな しいたけ たけのこ りんご もも みかん レモン	★ごはん こめあぶら パンこ でんぶん ごまあぶら さとう あんにんどうふ	608	22.9		
23	木		ココアパン	クリームスパゲティ カラフルサラダ あまなつゼリー	 ベーコン チーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム とうもろこし ブロッコリー カリフラワー パプリカ あまなつ	パン ココア スパゲティ オリーブオイル シチュールウ なまクリーム じゃがいも ドレッシング ゼリー	632	21.9		
24	金		利府町産米の ごはん	ミートボールのハヤシシチュー プレーンオムレツ はるキャベツとツナのサラダ	 とりにく ぶたにく たまご ツナ	たまねぎ にんじん しめじ キャベツ とうもろこし ★きゅうり	★ごはん でんぶん さとう じゃがいも こめあぶら ハヤシルウ ドレッシング	692	21.6		
27	月	ふりかえきゅう日									
28	火	菅小	ミルクパン	とりにくのバーベキューソース ポテトのチーズに コンソメジュリエンス	 とりにく ウインナー チーズ ベーコン	たまねぎ にんじん だいこん キャベツ	パン さとう はちみつ じゃがいも バター	616	29.7		
29	水		利府町産米の ごはん	さばのごまたっぷりやき ひじきとだいずのいりに みそやさいスープ	 さば ひじき だいず あぶらあげ さつまあげ ぶたにく みそ	にんじん こんにゃく たけのこ にんじん キャベツ もやし とうもろこし こまつな	★ごはん ごま さとう こめあぶら ごまあぶら	584	27.0		
30	木		こめこパン	さんさいうどん みそポテト フルーツのアセロラゼリーあえ	 とりにく あぶらあげ みそ	にんじん わらび みずな なめこ たけのこ えのきたけ うど ねぎ パン もも みかん アセロラ りんご	パン こめ うどん じゃがいも でんぶん だいずあぶら さとう ゼリー	666	24.2		
31	金	 中絶体 おうえん こんだて	げんまい入り 利府町産米の ごはん	ソースかつ キャベツのおひたし かきたまじる	 とりにく かつおぶし たまご とうふ	キャベツ にんじん もやし しいたけ ほうれんそう レモン	★ごはん げんまい パンこ さとう だいずあぶら でんぶん	652	25.7		
月平均栄養価				エネルギー：633cal たんぱく質：25.4g 脂質：21.3g 塩分：2.4g 都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。							

★「はし」は、まいにちわすれずに持てきましょう★

5月の給食目標「朝食を食べよう」

はやね
早寝

はやお
早起き

あさ
朝ごはん

朝食は一日の元気の源！「早寝・早起き・朝ごはん」で、生活リズムを整えましょう！

はしを上手に使う日

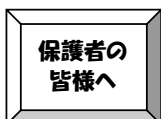
箸の持ち方を意識して食べる「はしを上手に使う日献立」を毎月実施しています。今月は、はしの持ち方を見直してみましょう。

食育の日献立

利府町では「毎月19日は食育の日」にちなみ、季節の食材や行事に合わせた「食育の日献立」を実施しています。
今月は「春の味覚を味わおう献立」です。
どうぞお楽しみに！

今月の地場産品

利府町の給食センターでは、農協さんと連携し、毎月、地場産品を取り入れた給食を実施しています。今月は利府町産の「米・わかめ・きゅうり」を使用する予定です。
献立表では★印をつけてお知らせしています。
食材の都合により、産地が変更になることがあります。



利府町公式Youtubeチャンネルでは、ポテト館の給食ができるまでの動画を公開しています。ぜひ、ご視聴ください。
最新の動画は「おいしい給食ができるまで 3」です！ →→



普段の食事でも不足しがちな「カルシウム」「鉄」「食物繊維」などは成長期に欠かせない栄養素です。給食以外の食事においても積極的にとるよう心がけましょう。

食物アレルギー等の健康上の理由により牛乳停止をご希望されるお子様に、代替飲料の麦茶を提供しています。(別途申請が必要です)

予定献立表に記載されている食材名は、使用する主な食材名です。アレルギー表示ではありませんので、ご注意ください。

予定献立表は、給食センターのホームページにも掲載しています。