



5がっ こんだてカレンダー

令和年度 田刈小

	月	火	水	木	金
こんだて ねつやちからになる ち、にく、ほねをつくる からだのちようしをととのえる	今月のテーマ 季節の食べものをさがしてみよう 食べ物はいちばんおいしくて栄養たっぷりな時期、「旬(しゅん)」があります。旬とは自然の中で育てた野菜やくだものがとれる季節や、魚がたくさんとれる季節のことです。食べものによってその時期は違いますが、一番おいしくて栄養もたっぷりです。旬のものを食べることで、自然の恵みや四季の変化を感じてみましょう。 5月5日は端午の節句 端午の節句は、こいのぼりや武者人形を飾り、かしわもちやまきを食べて男の子の成長を祝う行事です。かしわの葉は、新芽が育つまで古い葉が落ちないことから、子孫繁栄への願いが込められています。 <small>©少年写真新聞社2025</small>			1 八十八夜 わかめの おちやふりかけ すのもの むぎごはん にくじゃが こめ むぎ ごま さとう じゃがいも こんにやく あぶら ぎゅうにゅう ぶたにく ちぎりあげ こうやどうふ わかめ しらすほし かつおぶし たまねぎ キャベツ しいたけ にんじん きゅうり	2 ココアビーンズ ししゃもフライ コッパン クリームスープ パン あぶら さとう じゃがいも でんぶん ぎゅうにゅう しししゃも だいち ベーコン いんげんまめ たまねぎ キャベツ しめじ にんじん
	5 こどもの日 	6 振りかえきゅうじつ 振替休日 	7 マーシャルビーンズ ごぼうサラダ しょくパン ソースやきそば パン めん あぶら マヨネーズ マーシャルビーンズ ぎゅうにゅう ぶたにく ちぎりあげ かまぼこ ハム たまねぎ キャベツ もやし にんじん ねぎ ごぼう きゅうり	8 じゃこあえ どんぶりのぐ ピースそば どろん ぶたじる こめ むぎ さとう あぶら じゃがいも こんにやく ぎゅうにゅう とりにく だいち しらすほし とうふ ぶたにく だいち グリンピース にんじん ごぼう たまねぎ しょうが きゅうり キャベツ だいこん ねぎ	9 コーンサラダ ハンバーグ セルフバーガー ピーマンとたまごのスープ パン あぶら さとう でんぶん ぎゅうにゅう ハンバーグ ベーコン とうふ たまご たまねぎ キャベツ にんじん ピーマン コーン きゅうり
	12 きりぼしだいこんのナムル ごはん カレーマポー豆腐 こめ さとう あぶら ごま ごまあぶら ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ だいち にんじん ねぎ たまねぎ もやし たけのこ しょうが にんにく きゅうり きりぼしだいこん ひごまるデー「きゅうり」	13 ゆかりあえ あじフライ むぎごはん じゃがいものみそしる こめ むぎ じゃがいも あぶら ばんこ ぎゅうにゅう あじ とうふ あぶらあげ だいち にんじん ゆかり ねぎ もやし きゅうり	14 いりこアーモンド ごまマヨサラダ ミルクパン じゃがいものトマトに パン あぶら さとう ごま アーモンド じゃがいも マカロニ マヨネーズ ぎゅうにゅう ぶたにく いりこ トマト にんじん たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり	15 もやしのごまずあえ いわしのうめに むぎごはん すいとんじる こめ むぎ すいとんめん ごま さとう じゃがいも ぎゅうにゅう いわし あぶらあげ だいち もやし きゅうり にんじん うめほし ねぎ だいこん しいたけ	16 ビーンズサラダ あげパン にくだんごスープ パン あぶら さとう ぎゅうにゅう きなこ ミートボール だいち いんげんまめ ハム たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ もやし しいたけ
	19 きゅうりのさかなのちゅうかあえ たまねぎソース ごはん かきたまじる こめ じゃがいも はるさめ でんぶん さとう あぶら ごま ごまあぶら ぎゅうにゅう ぶたにく もめんどうふ だいち たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ しいたけ にんにく しょうが きゅうり	20 ナムル にく ピピンバ わかめスープ こめ むぎ あぶら ごま ごまあぶら さとう ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ とうふ かまぼこ ねぎ いら にんじん しいたけ しょうが にんにく もやし たまねぎ	21 いちごジャム ツナサラダ しょくパン にくうどん パン さとう うどん マヨネーズ あぶら いちごジャム ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ だしかつお こんぶ しいたけ しょうが たまねぎ にんじん ねぎ きゅうり もやし	22 かいそうサラダ むぎごはん ポークカレー こめ むぎ さとう じゃがいも あぶら ごま ごまあぶら ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ にんじん たまねぎ にんにく しょうが コーン キャベツ きゅうり	23 たんじょうび給食 5月生まれ フルーツミックス チリコンカン セルフドッグ やさいのスープに パン あぶら さとう じゃがいも カクテルゼリー ぎゅうにゅう きなこ ぶたにく ウインナー キャベツ たまねぎ にんじん にんにく しめじ おうとう パイン
26 ごまずあえ さばのソースに ごはん はるさめじる こめ さとう ごま はるさめ ぎゅうにゅう さば かまぼこ だしかつお だしこんぶ チンゲンサイ にんじん しょうが もやし キャベツ きゅうり たまねぎ しいたけ	27 ぶたにくのたまねぎのあえもの しょうがやき むぎごはん とうふのみそしる こめ むぎ さとう ごま あぶら ぎゅうにゅう ぶたにく チキンフレク とうふ あぶらあげ だいち キャベツ もやし ピーマン たまねぎ きゅうり しょうが えのき にんじん ねぎ	28 レバーとさかなのヨーグルト あげがらめ ミルクパン せんぎりやさいのスープ パン でんぶん さとう あぶら じゃがいも ぎゅうにゅう とりレバー ホキ ぶたにく ヨーグルト たまねぎ にんじん ピーマン ねぎ キャベツ	29 味のたび「100年フード：沖縄県」 にんじんシリシリ ラフテー むぎごはん もずくスープ こめ むぎ こくとう あぶら こんにやく ごま ごまあぶら ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ たまご とうふ かまぼこ もずく にんじん チンゲンサイ だいこん しょうが たまねぎ えのき	30 あまなつみかんかん グリーンサラダ コッパン アスパラいりクリームパンネ パン さとう あぶら マカロニ ぎゅうにゅう いんげんまめ ベーコン キャベツ きゅうり たまねぎ しめじ にんじん アスパラガス あまなつみかん	

※献立は都合により変更になる場合があります。ご了承ください。