

給食だより

みなみしたうら
ちょうりじょう

5月

★印の日に、
小学校1年生には、スプーンが付きます！



今月の給食は、三浦市産の
キャベツと**たまねぎ**を使います。

春**キャベツ**の葉は、みずみずしくてやわらかいのが特徴です。軽く、巻きはゆるめです。



新たまねぎは、水分を多くふくみ、辛味をほとんど感じません。そのため生食でもおいしく食べられます。
たまねぎには**血液**をサラサラにする働きがあります。ただ、熱を加えると働きが弱ってしまうので、サラダがおすすめです。

地域で生産された食材をその地域で消費することを「**地産地消**」といいます。新鮮でおいしい地域の食材を味わいましょう。



月	火	水	木	金
	<p>5月8日はお弁当の日です</p> <p>平成19年に「お弁当の日」が始まりました。「お弁当の日」には、家族みなでお弁当の内容を考え、食について楽しくふれあう機会にしましょう。</p>	<p>1 さばのみそに</p> <p>★ ぎょうにゅう</p> <p>たけのこごはん のっぺいじり</p>	<p>2 だいすサラダ</p> <p>りんごゼリー ぎょうにゅう</p> <p>くろパン やきそば</p>	<p>3 けんぼうきねん日</p>
<p>6 ふりかえ休日</p>	<p>7 はるさめサラダ</p> <p>かんこくのり ぎょうにゅう</p> <p>ごはん はっぼうさい</p>	<p>8 おべんどうの日</p>	<p>9 チーズサラダ</p> <p>ぎょうにゅう</p> <p>くろパン カレーうどん</p>	<p>10 しらすのおひたし</p> <p>ぎょうにゅう</p> <p>にくじゃが ごはん</p>
<p>13 もやしサラダ</p> <p>★ ぎょうにゅう</p> <p>ぶたどん かきたまじる</p>	<p>14 7ポックリサラダ</p> <p>ぎょうにゅう</p> <p>くろパン わかふうパスタ</p>	<p>15 ごまあえ</p> <p>のいふりかけ ぎょうにゅう</p> <p>ごはん かじとだいにんのにも</p>	<p>16 フルーツヨーグルト</p> <p>ぎょうにゅう</p> <p>ソフトフランス ポークビーンズ</p>	<p>17 ドライカレー</p> <p>ぎょうにゅう</p> <p>ツナあえ</p>
<p>20 ほうれんそうソテー</p> <p>ぎょうにゅう</p> <p>くろパン クリームスパゲッティ</p>	<p>21 めかじきのかくに</p> <p>ぎょうにゅう</p> <p>わかめごはん みそけんちんじる</p>	<p>22 ツナサラダ</p> <p>ソフトフランス あじっか味のケチャップ</p>	<p>23 チキンカレー</p> <p>ぎょうにゅう</p> <p>わかめサラダ</p>	<p>24 オレンジ</p> <p>ぎょうにゅう</p> <p>ビビンバ ワンタンスープ</p>
<p>27 きんぴらごぼう</p> <p>ぎょうにゅう</p> <p>くろパン きつねうどん</p>	<p>28 メンチカツ キャベツソテー</p> <p>ぎょうにゅう</p> <p>サンドパン ユーンシチュー</p>	<p>29 マカロニサラダ</p> <p>★ ぎょうにゅう</p> <p>ツナごはん みぞしる</p>	<p>30 ユーンサラダ</p> <p>ぎょうにゅう</p> <p>ソフトめん ミートソース</p>	<p>31 あんかけハンバーグ</p> <p>ぎょうにゅう</p> <p>ごはん とんじる</p>