

給食だより

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。



みさき
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！



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 だいすサラダ</p> <p>りんごゼリー</p> <p>くろパン</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>やきそば</p>	<p>2 さばのみそ汁</p> <p>★</p> <p>たけのこごはん</p> <p>のっぺいじる</p>	<p>3 けんぼうきねん日</p>
<p>6 ふりかえ休日</p>	<p>7 チーズサラダ</p> <p>くろパン</p> <p>カレーうどん</p>	<p>8 おべんどうの日</p>	<p>9 はるさめサラダ</p> <p>かんこくのり</p> <p>ごはん</p> <p>はっほうさい</p>	<p>10 しらすのおひたし</p> <p>にくじゃが</p> <p>ごはん</p>
<p>13 フロッキーサラダ</p> <p>くろパン</p> <p>わふうパスタ</p>	<p>14 もやしサラダ</p> <p>★</p> <p>ぶたどん</p> <p>かきたまじる</p>	<p>15 フルーツヨーグルト</p> <p>ソフトフランス</p> <p>ポークビーンズ</p>	<p>16 ごまあえ</p> <p>のりふりかけ</p> <p>ごはん</p> <p>かじきとだいこんのもの</p>	<p>17</p> <p>ドライカレー</p> <p>ツナあえ</p>
<p>20 オレンジ</p> <p>ピビンバ</p> <p>ワンダンスープ</p>	<p>21 ほうれんそうソテー</p> <p>くろパン</p> <p>クリームスパゲッティ</p>	<p>22 めかじきのかくに</p> <p>わかめごはん</p> <p>みそけんちんじる</p>	<p>23 ツナサラダ</p> <p>ソフトフランス</p> <p>あけしやがいのちやきそば</p>	<p>24 きんぴらごぼう</p> <p>くろパン</p> <p>きつねうどん</p>
<p>27 チキンカレー</p> <p>わかめサラダ</p>	<p>28 マカロニサラダ</p> <p>★</p> <p>ツナごはん</p> <p>みそしる</p>	<p>29 メンチカツ キャベツソテー</p> <p>サンドパン</p> <p>コーンシチュー</p>	<p>30 あんかけハンバーグ</p> <p>ごはん</p> <p>とんじる</p>	<p>31 コーンサラダ</p> <p>ソフトめん</p> <p>ミートソース</p>