

給食だより

5月8日 はかながわ産品給食

です。三浦特産メニューの「キャベツハンバーグ」が登場します。三浦市のキャベツがたっぷり入った「トマトソース」がかかっています。おいしい地域の食材を味わいましょう。

おたのしみに♡



5月20日はお弁当の日です

平成19年に「お弁当の日」が始まりました。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。

食事でエネルギーや栄養をしっかりととりましょう

スポーツをする人はエネルギーや栄養素を多く必要とします。さらに、子どもは成長に使う分も必要です。家族より量を増やしたり、料理を追加したりして、しっかりエネルギーや栄養素をとりましょう。



みなみしたろう
ちょうりじょう

5月

こんげつは みうらしでとれた「キャベツ」をつかいます



★印の日に、
小学校1年生には、スプーンが付きます！



三浦市の 食育すいしんキャラクター **ベジトリオ** です。みなさん よろしくね♡

「しょいく」で、けんこうな からだと ころろを そだてていくよ。きゅうしょくをたべて「たべること」について まなぼうね♪



キャベっち



かぼっちゃん



だいこんた

月	火	水	木	金
<p>1 もやし汁 ぎゅうにゅう </p> <p>きなこあげパン やさいスープ </p>				
4	5	6	7	8
<p>みどりの日</p>	<p>こどもの日</p>	<p>ふりかえ休日</p>	<p>チキンとキャベツの おかずナムル ぎゅうにゅう </p> <p>コッパン クリームシチュー </p>	<p>キャベツハンバーグ ぎゅうにゅう </p> <p>りんごゼリー ちさんちしょうメニュー </p> <p>ごはん のっぺいじる </p>
11	12	13	14	15
<p>★ あげしょうぞ 小2 中2 ぎゅうにゅう </p> <p>たけのこごはん よしのじる </p> <p>奈良県のきょうどりより</p>	<p>チーズマヨサラダ ぎゅうにゅう </p> <p>ロールパン ポークビーンズ </p>	<p>もやしとこまつなの ごまあえ ぎゅうにゅう </p> <p>ごはん いいどい </p>	<p>フルーツミックス ぎゅうにゅう </p> <p>ソフトめん ミートソース </p>	<p>だいこんのわふうサラダ ぎゅうにゅう </p> <p>コッパン(たごか) ドライカレー </p>
18	19	20	21	22
<p>★ ごもくにまめ ぎゅうにゅう </p> <p>くろパン みそうどん </p>	<p>なまあげとだいこんの とうもろこし ぎゅうにゅう </p> <p>ごはん かきたまじる </p>	<p>おべんとうの日</p>	<p>メンチカツ ジョア(いちご味) </p> <p>ヨーソテー ソフトフランス (よこスライス) </p> <p>ごはん ミネストローネ </p>	<p>わかめサラダ ぎゅうにゅう </p> <p>ソフトフランスパン ラザニア(ほうろく) </p>
25	26	27	28	29
<p>キャベツとコーンの さっぱりサラダ ぎゅうにゅう </p> <p>カレーライス </p>	<p>チキンマヨサラダ ぎゅうにゅう </p> <p>くろパン スパゲティ汁 </p>	<p>もやしとこまつなの おひたし ぎゅうにゅう </p> <p>ごはん ちさんちしょうメニュー </p> <p>あげかじきとだいこんの にも</p>	<p>マカロニサラダ ぎゅうにゅう </p> <p>くろパン にくはんごスープ </p>	<p>★ もやしサラダ ぎゅうにゅう </p> <p>ごはん マーボー豆腐 </p>