

給食だより

みさき
ちょうりじょう

5月

こんげつは みうらしてとれた
「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！



月	火	水	木	金
<p>三浦市の食育おいしいキャラクター ベジトリオ です。みなさん よろしくね♡</p>				
<p>「しよくいく」で、けんこうな からだと ころを そだてていくよ。きゅうしよくをたべて「たべること」について まなぼうね♪</p>				
<p>きゃべっち かぼっちゃん だいこんた</p>				
<p>4</p> <p>みどりの日</p>	<p>5</p> <p>こどもの日</p>	<p>6</p> <p>ふりかえ休日</p>	<p>7</p> <p>マンチウ ジョア(いちご味)</p> <p>ソフトフランス (よこスライス)</p> <p>ごはん</p> <p>ミネロース-7</p>	<p>8</p> <p>キャベツハンバーグ</p> <p>いんごゼリー</p> <p>ごはん</p> <p>のっぺいしる</p> <p>ちさんちしょうメニュー</p>
<p>11</p> <p>チーズマヨサラダ</p> <p>ロールパン</p> <p>ポークビーンズ</p>	<p>12</p> <p>あげきょうざ 小2 中2</p> <p>★</p> <p>奈良県のきょうどりようり</p> <p>たけのごはん</p> <p>よしのじる</p>	<p>13</p> <p>フルーツミックス</p> <p>ソフトめん</p> <p>ミートソース</p>	<p>14</p> <p>もやしとごまつなのごまあえ</p> <p>ごはん</p> <p>いいどい</p>	<p>15</p> <p>だいこんのわらうサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>ドライカレー</p>
<p>18</p> <p>なまあげとだいこんのどろみにも</p> <p>ごはん</p> <p>かきたまじる</p>	<p>19</p> <p>チキンとキャベツのおかずナムル</p> <p>ごはん</p> <p>クリームシチュー</p>	<p>20</p> <p>おべんとうの日</p>	<p>21</p> <p>わかめサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>らざニアぶつがキャベツ</p>	<p>22</p> <p>もやしソテー</p> <p>ごはん</p> <p>きなこあげパン</p> <p>やさしいスープ</p>
<p>25</p> <p>チキンマヨサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>スパゲッティソテー</p>	<p>26</p> <p>キャベツとコーンのさっぱりサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>カレーライス</p>	<p>27</p> <p>マカロニサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>にくだんスープ</p>	<p>28</p> <p>もやしとごまつなのおひだし</p> <p>ごはん</p> <p>あげかじきとだいこんのにも</p>	<p>29</p> <p>もやしサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>マーボー豆腐</p>

5月8日 はかながわ産品給

食テ一です。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、しっかりとエネルギーや栄養素をとりましょう。

