

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー. Includes items like わかめごはん, さんまのしょうが煮, きんぴらごぼう, みそ汁, ちまき.

5月5日は子どもの日. 5月5日は「端午の節句」ともいいます。江戸時代のころは、男子の節句とされ、身を守る「よろい」や「かぶと」を飾り、「こいのぼり」を立ててお祝いをしていました。また、無病息災を願い、強いにおいで厄をはらうため、「菖蒲湯（しょうぶゆ）」に入るといいう習わしもあります。給食では子どもたちの健やかな成長を願い、1日（金）に「ちまき」が出ます。季節の食べもの「旬」を味わおう。新じゃがいもや新たまねぎ、春キャベツ、アスパラガスなどの野菜をはじめ、海そう類、アジやかつおなどの魚類なども旬を迎えます。毎月の給食の献立でも旬の食材を数多く取り入れるように心がけています。みつけてみよう！

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー. Includes items like 緑茶パン, 牛乳, 鮭のたれかけ, もやしソテー, 五目スープ.

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー. Includes items like 麦入りごはん, いりたまご, 肉そぼろ, 味付のり, あかだし.

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー. Includes items like ごはん, ささみフライ, 若竹煮, みそ汁, お魚ふりかけ.

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー. Includes items like 背割りパン, 海鮮塩焼きそば, 中華スープ, ヨーグルト, ミックスナッツ.

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー. Includes items like ごはん, 新じゃが煮, 野沢菜ちりめん, さくらんぼゼリー.

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー. Includes items like 食パン, あじフライ, さやいんげんとコーンのソテー, レタスのスープ, パックウスターソース, メープルジャム.

Table with 4 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, エネルギー. Includes items like ごはん, つくね, きゅうりとわかめの酢の物, じゃがいものみそ汁, 納豆.

旬の味 キャベツ. サラダや付け合わせ、炒め物など、毎日の食事でよく食べられる野菜といえば「キャベツ」。給食でもおなじみの食材です。4月から5月半ばに旬を迎えるキャベツは「春キャベツ」とよばれます。春キャベツは形が丸くて小さく、葉の巻き方が緩いのが特徴です。葉は柔らかくて薄く、中まで黄緑色で、水分が多く甘味があります。甘味があるのであまり手を加えない、サラダや浅漬け等に向いています。

【食品に関するアレルギーについて】 予定献立表には、毎日の献立名・食品名・食品に関するアレルギーを表示します。アレルギーに関しては、特定原材料(7品目)および特定原材料に準ずるもの(20品目)を記載します。加工品などに含まれるアレルギーについては食材納入業者より提出された書類を元に、表示されているものを記載します。食品に関するアレルギーは毎日確認してください。【アレルギー表示対象品目】 表示義務づけ特定原材料(7品目) 卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに 特定原材料に準ずるもの(20品目) あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン

Table with 10 columns: 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like ごはん牛乳, いわしの煮付け, ごぼうの土佐煮, コッペパン牛乳, 春巻き, チンゲンサイとあつあげのオイスターソース煮, にらたまスープ, レモンゼリー.

Table with 10 columns: 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like 米粉パン牛乳, 鶏肉のトマトソース煮, 春キャベツとツナのコンソメ煮, オニオンスープ, パックミニフィッシュ, ごはん牛乳, えびたけのこフライ, ちりめんたくあん, 山菜うどん, 健康な体づくりのために十分な睡眠をとろう!

Table with 10 columns: 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like コッペパン牛乳, かつおフライ, ジャーマンポテト, 野菜スープ, かたぬきチーズ, チンジャオロース, ワンタンスープ, つぼ漬け, みしょうかん, キャベツ入りメンチカツ, 新じゃがのポターージュ, フルーツゼリーミックス.

Table with 10 columns: 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー, 日, 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like ごはん牛乳, さばのみそ煮, 煮びたし, けんちん汁, あさりのつくだ煮.

成長期の体づくりに大切な栄養素について考えてみよう 学校給食の栄養. Includes a bar chart showing nutrient intake (Energy 33%, Protein 50%, Calcium 50%, Iron 33%, Vitamin A 33%, Vitamin C 33%), a graph of bone mass change with age, and a list of calcium-rich foods like milk, yogurt, cheese, etc.