



5月5日は端午の節句

5月5日は、端午の節句です。男の子がたくましく成長することを願って昔から行事が行われてきました。今では「こどもの日」として全ての子どもの健やかな成長を願う日となっています。

こどもの日献立

ししゃも

こいのぼりに見立てた「ししゃもフライ」を組み合わせました。カルシウムやたんぱく質が豊富なししゃもは、成長期のみなさんに積極的に食べてほしい魚のひとつです。



たけのこ

成長が早く、まっすぐ伸びる様子から、健やかに育ちますようにという願いを込めて、「若竹汁」に入れています。



かしわもち

柏の葉は、新しい葉がでるまで古い葉が落ちないことから、子孫繁栄を願って食べられる和菓子です。よくかんで食べましょう。



Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Includes items like ごはん, 牛乳, ししゃもフライ, ほうれん草のごま和え, 若竹汁, かしわもち.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Includes items like ごはん, 牛乳, 鶏肉の照り焼き, 小松菜の塩昆布和え, ごんざ.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Includes items like ごはん, 牛乳, 揚げ鶏の黒酢あん, 中華和え, 中華スープ.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Includes items like ごはん, 牛乳, いかメンチ, 野菜炒め, けんちん汁, ラッキーにんじんが.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Includes items like コッペパン, 牛乳, ミートボール, セロリのコールスローサラダ, ミネストローネ, メーブルジャム.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Includes items like コッペパン, 牛乳, 白身魚フライ, 手作りピザソース, ABCスープ, スライスチーズ.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Includes items like わかめごはん, 牛乳, あじの南蛮漬け, 切り干し大根の煮物, どうふのみそ汁.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Includes items like 麦入りごはん, ジョア, ポークカレー, フライドごぼう, 海藻サラダ.

食育の日・わ食の日

神奈川県 郷土料理

けんちん汁

「けんちん汁」とは、神奈川県 鎌倉市にある建長寺(けんちょうじ)で700年以上前から作られていた、肉や魚などを使用しない精進料理のひとつです。給食では、厚揚げやごぼう・こんにやくなどを使った具だくさんの汁にしました。



Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Includes items like ごはん, 牛乳, 五目厚焼き卵, ちりめんたくあん, 豚じゃが.



Table for May 19th (火) menu. Columns include Date, Dish Name, Ingredients, Allergens, Energy, and Protein. Dishes include 米粉パン, 牛乳, ハニーマスタードチキン, キャロットラペ, 豆乳スープ, ごはん, 牛乳, めばるのたつた揚げ, ブロッコリーのおかか炒め, じゃがいものみそ汁, コッペパン, 牛乳, コーンコロッケ, 焼きそば, 五目スープ.

Table for May 22nd (金) menu. Columns include Date, Dish Name, Ingredients, Allergens, Energy, and Protein. Dishes include ごはん, 牛乳, さばのみそ煮, れんこんの甘酢炒め, すまし汁, ヨーグルト.

Table for May 25th (月) menu. Columns include Date, Dish Name, Ingredients, Allergens, Energy, and Protein. Dishes include ごはん, 牛乳, ささみの梅しそフライ, ひじきと大豆の煮物, 豚汁, ヨーグルト.

Table for May 26th (火) menu. Columns include Date, Dish Name, Ingredients, Allergens, Energy, and Protein. Dishes include 胚芽パン, 牛乳, デミグラスハンバーグ, ツナとアスパラのドレッシング和え, レタスのスープ.

Table for May 27th (水) menu. Columns include Date, Dish Name, Ingredients, Allergens, Energy, and Protein. Dishes include ごはん, 牛乳, 厚揚げの中華煮, もやしの中華炒め, いちごゼリーナタデココ.

Table for May 28th (木) menu. Columns include Date, Dish Name, Ingredients, Allergens, Energy, and Protein. Dishes include 麦入りごはん, 牛乳, かつおフライ, ならあえ, にゅうめん, 野菜ふりかけ.

奈良県の郷土料理を紹介! (Introduction of Nara Prefecture's Local Cuisine). Text describes 'ならあえ' and 'にゅうめん' as traditional dishes. Includes a QR code for the school cafeteria website.

Table for May 29th (金) menu. Columns include Date, Dish Name, Ingredients, Allergens, Energy, and Protein. Dishes include ごはん, 牛乳, れんこんのはさみ揚げ, こんにゃくの煮物, あおさりのみそ汁.

【食品に関するアレルギーについて】 (About Food Allergies). Text explains allergen labeling and provides a table of allergen-free ingredients. Includes a QR code for the school cafeteria website.

【献立のマークについて】 (About Menu Markers). Text explains the meaning of various icons used in the menu. Includes a QR code for the school cafeteria website.

Table titled '今月の平均栄養量' (Average Nutrition for This Month) showing values for Energy, Protein, Fat, Calcium, Iron, Vitamin B1, Vitamin B2, and Vitamin C.