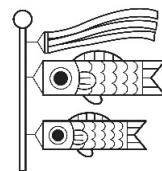




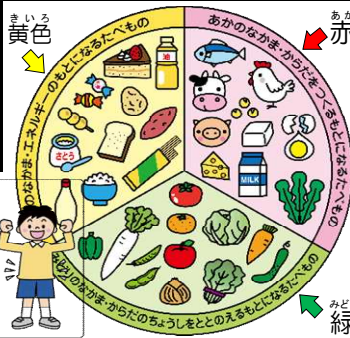
きゅうしよく 給食だより

5月

永山西小学校



給食目標 : 食べものの働きを知ろう

月	火	水	木	金
三色栄養について からだの成長や、元気に生活するために欠かせないのが食べ物です。三色栄養は、その食べ物を大きく3つの働きで色別に分けたものです。 きいろ 体のねつや力をつくり、エネルギーのもとになる  あか ちやきんにく、ほねなど、体をつくるもとになる  みどり 体のちようしをととのえるもとになる 				
			1 米粉小コッペパン スパゲティナポリタン ほうれん草オムレツ えだまめ枝豆 ぎゅうにゅう牛乳	2 ごはん 三平汁 とりにくとメンマの炒め物 れいとう冷凍パイ ぎゅうにゅう牛乳
5		7 ごはん そばろ煮 きざだいこん刻み大根のパリパリあえ おうとう黄桃シャーベット ぎゅうにゅう牛乳	8 ごはん とうふ豆腐の親子卵とし ホキフライ ぎゅうにゅう牛乳	9 ごはん ピリ辛トック アスパラと春雨の炒め煮 アーモンド ぎゅうにゅう牛乳
12 ごはん ポークカレー ふくしんづ福神漬け しらたま白入りフルーツポンチ ぎゅうにゅう牛乳	13 ごはん(小) チャンポン麺 えだまめ枝豆とコーンのフリッター バナナ ぎゅうにゅう牛乳	14 ごはん フィッシュボール吉野煮 もやしと水菜のごま和え ぎゅうにゅう牛乳	15 米粉コッペパン 卵入りコーンスープ 照り焼きチキン アスパラソテー オレンジ ぎゅうにゅう牛乳	16 えんそく遠足 お弁当の日 
19 ごはん 八宝菜 あげギョウザ ぎゅうにゅう牛乳	20 揚げパン ポトフ たまご卵ロール パインゼリー ぎゅうにゅう牛乳	21 わかめごはん とり鶏ちゃんこ汁 かまぼこの照り煮 バナナ ぎゅうにゅう牛乳	22 食パン ホワイトシチュー ハムカツ おんやさい温野菜のソース和え ぎゅうにゅう牛乳	23 お弁当の日 
26 ごはん キーマカレー ふくしんづ福神漬け フルーツのゼリーあえ ぎゅうにゅう牛乳	27 ごはん(小) ごもく五目うどん やさしい野菜かき揚げ オレンジ ぎゅうにゅう牛乳	28 ごはん かぼちゃ団子のとろとろ汁 さばの塩焼き ぎゅうにゅう牛乳	29 米粉コッペパン はんぺんスープ チーズポテト バナナ チョコペースト ぎゅうにゅう牛乳	30 ごはん くろ黒マーボー豆腐 もやしのおひたし グレープフルーツ ぎゅうにゅう牛乳