

5がっ こんだてひょう



舞鶴市立三笠小学校

令和8年5月

5月の給食目標 『**た**だしい**食**事の**マ**ナーを**身**につけよう』

※1日は遠足のため「お弁当」をお願いします。

4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)
<p>みどりの日</p> <p>初夏のやさい</p>	<p>こどもの日</p> <p>5月5日は端午の節句。子どもの成長を祝い、幸せを願います。鯉のぼりを立てたり、かぶとを飾ったりします。健やかな成長を願って、かしわもちやちまきを食べます。</p>	<p>振替休日</p>	<p>麦ごはん 牛乳</p> <p>ポークカレーライス</p> <p>フルーツポンチ</p> <p>福神漬け</p> <p>黄桃、パイナップル、みかんが入った</p> <p>フルーツポンチはカレーに合うように</p> <p>さわやかな味に仕上げます。</p>	<p>きなこ揚げパン</p> <p>甘酢和え</p> <p>かきたま汁</p> <p>牛乳</p> <p>揚げパンは給食室でパンを</p> <p>カリッと揚げ、きなこをまぶします。</p> <p>人気メニューのひとつです。</p>
<p>11日(月)</p> <p>ごはん</p> <p>鶏肉の照り焼き</p> <p>実だくさんのみそ汁</p> <p>牛乳</p> <p>給食の汁ものは煮干しや鰹節で</p> <p>だしをとっています。だしの香りや</p> <p>味を感じながら飲んでみましょう。</p>	<p>12日(火)</p> <p>こぎつねごはん</p> <p>ちくわのいそべ揚げ</p> <p>たま玉ねぎのみそ汁</p> <p>牛乳</p> <p>コーンと細かく刻んだ油揚げを</p> <p>甘辛く味付けし、しょうゆごはんに</p> <p>混ぜ込んで仕上げます。</p>	<p>13日(水)</p> <p>黒糖パン</p> <p>豆乳クリームシチュー</p> <p>ほうれん草のソテー</p> <p>お茶豆 牛乳</p> <p>揚げた大豆にきなこ、抹茶、</p> <p>さとう、塩をまぜたものを</p> <p>まぶします。</p>	<p>14日(木)</p> <p>麦ごはん</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>切干大根のごま和え</p> <p>牛乳</p> <p>切干大根は大根を細長く切り、</p> <p>乾燥させたものです。</p> <p>よく噛んで食べましょう！</p>	<p>15日(金)</p> <p>パン 牛乳</p> <p>アジのフライ</p> <p>添えキャベツ</p> <p>ミネストローネ</p> <p>地場産こんだての日</p> <p>舞鶴の海でとれた</p> <p>アジ</p> <p>舞鶴のさかな</p>
<p>18日(月)</p> <p>ごはん 牛乳</p> <p>ぎょうざ丼</p> <p>みそワタンスープ</p> <p>ぎょうざ丼は野菜が苦手な子でも</p> <p>野菜が食べられるように、市内の</p> <p>小学生が考えたメニューです。</p>	<p>19日(火)</p> <p>鶏めし 牛乳</p> <p>サゴシの西京焼き</p> <p>すまし汁</p> <p>地場産こんだての日</p> <p>舞鶴の海でとれた</p> <p>サゴシ</p> <p>舞鶴のさかな</p>	<p>20日(水)</p> <p>国産小麦パン 牛乳</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>もやしソテー</p> <p>豚肉(ポーク)と大豆(ビーンズ)を</p> <p>トマト缶やケチャップで味付け</p> <p>した料理です。</p>	<p>21日(木)</p> <p>麦ごはん 牛乳</p> <p>チキンチキンごぼう</p> <p>水菜のスープ</p> <p>チキンチキンごぼうは山口県を</p> <p>中心に広まった料理で、揚げた</p> <p>鶏肉とごぼうを甘辛いタレに絡めます。</p>	<p>22日(金)</p> <p>小型パン 牛乳</p> <p>焼きそば</p> <p>フルーツサラダ</p> <p>もやし、にんじん、玉ねぎなど</p> <p>給食の焼きそばには野菜が</p> <p>たくさん入っています、</p>
<p>25日(月)</p> <p>ごはん 牛乳</p> <p>ハヤシライス</p> <p>レモンサラダ</p> <p>肉と玉ねぎをトマトソースや</p> <p>デミグラスソースで煮込んだものを</p> <p>ご飯の上にかけた料理です。</p>	<p>26日(火)</p> <p>キムチチャーハン</p> <p>焼きぎょうざ</p> <p>春雨スープ 牛乳</p> <p>キムチは韓国で生まれた食べ物で</p> <p>地域によって少しずつ味が違い、</p> <p>200種類近いキムチがあるそうです。</p>	<p>27日(水)</p> <p>バターパン 牛乳</p> <p>じゃがいものピザソース焼き</p> <p>コーンスープ</p> <p>じゃがいもなどの具材をケチャップ</p> <p>で味付けし、紙カップに入れて</p> <p>チーズをのせて焼きます。</p>	<p>28日(木)</p> <p>麦ごはん 牛乳</p> <p>イワシのかば焼き</p> <p>豚汁</p> <p>地場産こんだての日</p> <p>舞鶴の海でとれた</p> <p>イワシ</p> <p>舞鶴のさかな</p>	<p>29日(金) 5年社会見学</p> <p>パン 牛乳</p> <p>ミートスパゲティ</p> <p>コーンサラダ</p> <p>給食のスパゲティは野菜が</p> <p>たくさん入っています。</p> <p>ソースももちろん手作りです♪</p>