



<p>2 こどもの日の献立</p> <p>かしわもち</p> <p>カツオのさらさあげ</p> <p>こまつなのびだし</p> <p>むぎごはん さつきじる</p>	<p>3</p> <p>憲法記念日</p>	<p>4</p> <p>みどりの日</p>	<p>5</p> <p>こどもの日</p>	<p>6 いい歯の日</p> <p>りんご</p> <p>とりにくのさんしょうみそやき</p> <p>しおこんぶあえ</p> <p>むぎごはん ゆばのすましじる</p>
<p>9</p> <p>オレンジ</p> <p>キャベツのソテー</p> <p>むぎごはん ハッシュドポーク</p>	<p>10</p> <p>ちくわのいびちやあげ (小2こ・中特3こ)</p> <p>ごもくまめ</p> <p>うどん わかめうどんのつゆ</p>	<p>11</p> <p>さんしょくそぼろ (鮭・卵・麦・大豆)</p> <p>ひじきのいために</p> <p>むぎごはん なめこのみそじる</p>	<p>12</p> <p>ミートボールのケチャップに</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>こくとうコッパン ポテトスープ</p>	<p>13</p> <p>ブルーヨーグルト</p> <p>モロヘイヤのおかかあえ</p> <p>さんさいごはん トビウオフライ</p>
<p>16</p> <p>あつあげのやさいあんかけ</p> <p>くきわかめのきんぴら</p> <p>むぎごはん のりつくだに キャベツのみそじる</p>	<p>17</p> <p>ユーリンチー</p> <p>やさいのちゅうがいため</p> <p>ちゅうかめん しおラーメンのスープ</p>	<p>18 食育の日</p> <p>アユのこめごあげ</p> <p>たけのこのとさに</p> <p>むぎごはん きそがわじる</p>	<p>19</p> <p>チーズオムレツ</p> <p>グリーンサラダ</p> <p>クリーム(乳) しょうパン</p> <p>ビーンズスープ</p>	<p>20</p> <p>おろしハンバーグ</p> <p>こまつなのごまあえ</p> <p>わかめごはん かきたまじる</p>
<p>23</p> <p>パイナップル</p> <p>とりにくのあまずいだめ</p> <p>むぎごはん ワンタンスープ</p>	<p>24</p> <p>フランクフルト</p> <p>コーンもやし</p> <p>こがたこめこいりコッパン</p> <p>やきそば</p>	<p>25</p> <p>サバのしょうがに</p> <p>にくじゃが</p> <p>むぎごはん あおさのみそじる</p>	<p>26</p> <p>サワラのコーンマヨやき</p> <p>だいこんサラダ</p> <p>おろちコッパン</p> <p>ミネストローネ</p>	<p>27</p> <p>オレンジゼリー</p> <p>きりほしだいこんのちゅうがいため</p> <p>あけきょうざ (小2こ・中特3こ)</p> <p>キムチチャーハン</p>
<p>30</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>むぎごはん ふくじんづけ ホークカレー</p>	<p>31 沖縄料理</p> <p>こくとうビーンズ</p> <p>にんじんしりしり</p> <p>ソフトめん</p> <p>にくみそソース</p>	<p>今月の岐阜県産食材</p> <p>きゅうり こまつな あつあげ</p> <p>だいこん あゆ</p>		<p>* いい歯の日には歯によい食材や噛みごたえのある料理が登場します。</p> <p>* 材料の都合により、献立内容を変更する場合があります。</p> <p>* 海(川)でとれる物には、まれにエビやカニが混入していることがあります。</p> <p>* 揚げ物に使用する油(キャノーラ油)は、一回限りの使いきりではありません。</p> <p>* シシャモ等の1尾魚は、魚卵を持っていることがあります。</p>

マナーを守って、楽しい給食時間を過ごそう

よい姿勢で食べよう

よい姿勢で食事をすると、食べている姿がきれいなだけでなく、食べやすくなります。背筋をまっすぐ伸ばして食べましょう。



よい姿勢



悪い姿勢

箸を正しく持とう



はしは、日本人にとってとても大切な食事の道具です。昔から、日本人ははしを器用に使って、食事をしてきました。こうした文化を大切に守り、また後世にも伝えていくためにも正しいはしの持ち方で食事ができるようにしましょう。

心を入れて食事のあいさつをしよう

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをきちんとしていますか？ 野菜や魚や肉など、食べ物はみな命があるものでした。その命をいただいてわたしたちは生きています。感謝の気持ちを込めて食事のあいさつをしましょう。



ほえよう日本の味

＜八十八夜＞

「蟹も近づく八十八夜…」という歌にもあるように、立夏から数えて88日目の日を「八十八夜」といい、「この日につんだお茶はおいしい緑茶になる」と昔から言われています。この時期、お茶を栽培している地域では、茶つみが盛んになります。



＜端午の節句＞

5月5日は「端午の節句」です。この日は、こどもの成長を願って、こいのぼりをあげ、かしわもちなどを食べてお祝いをします。「かしわもち」が召まれているかしわの葉は、新しい芽が出ないと古い葉が落ちないことから、家系がたえないという縁起をかついで、昔から食べられています。

