



2020年 5月 よていこんだてひょう

各務原市学校給食センター

月	火	水	木	金
	今月の岐阜県産食材 こめこ おちゃ アユ	* いい歯の日は歯により食材や噛みごたえのある料理をだします。 * 材料の都合により、献立内容を変更する場合があります。 * ☆は学校配送・容器回収です。容器は重ねて返してください。 * 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。 * 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。 * 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。		1 朝ごはん 早寝 早起き 生活リズムをととのえよう!
4 みどりの日	5 子どもの日	6 振替休日	7	8 いい歯の日
		てをあらおう 	ひじきサラダ マーマレードチキン ジャム しょくパン キャベツスープ	☆レモンのムース こまつなのびたし たけのこごはん トピウオフライ
11 ちくわのおちやてんぷら (小2こ・中特3こ) だいこんと ぶたにくのもの せきはん ごましお ぶのすましじる	12 フライドポテト キャベツソテー アーモンドいりこぎかな ソフトめん カレーソース	13 とりにくのさんしょうみそやき ほうれんそうのごまあえ むぎごはん わかたけじる	14 オムレツ かいそうサラダ こくとう ミネストローネ コッペパン	15 カツオのさらさあげ じゃがいものうまに むぎごはん あおさのみそじる
18 ぶたにくのしょうがいため きりぼしだいこんのもの むぎごはん かきたまじる	19 食育の日 アユのこめこあげ くきわかめのきんぴら ☆あおうめゼリー ゆでうどん さんさいきつね うどんのつゆ	20 ハンバーグおろしだれ たけのこのとさに むぎごはん たまねぎのみそじる	21 サケのハーブやき カラフルサラダ ☆オレンジ こめこいり コーンクリームスープ しょくパン	22 ☆ヨーグルト ジャーマンポテト チキンライス キピナゴのからあげ
25 ☆アメリカンチェリー アスパラソテー むぎごはん ポークカレー	26 はるまき コーンサラダ ちゅうかめん しおラーメンのスープ	27 さんしょくそぼろ (とり・ぶた・たまご) ひじきのいために ☆ゴールドキウイ むぎごはん ゆばのすましじる	28 ミートボールのケチャップに マンナンサラダ おちゃコッペパン ポテトスープ	29 アジのごまだれかけ こもくまめ ☆はちみつレモンゼリー むぎごはん あつあげのみそじる

ただ 正しい 食事のマナーを身につけよう!

食事のマナーは、自分自身が食事をスムーズにするためと、他の人に不快な思いをさせないためにあります。基本的なことを覚えて、日々の食事に生かしましょう。

☆姿勢を正そう



背筋を伸ばして正しい姿勢で食べよう。

☆他の人の迷惑にならないようにしよう



口に食べ物を入れたまま話をしたり、食事中にふざけたり話はやめよう。

☆食器を正しく持とう



正しい位置に食器を置き、箸や茶碗をきちんと持って食べよう。

☆感謝の気持ちを忘れないようにしよう



いただきます、ごちそうさまでした、きちんとあいさつをしよう。



伝えよう日本の味

「こどもの日」

「こどもの日」は、「端午の節句」ともいわれ、子どもの成長や出世を願ってお祝いする日です。
縁起のよい柏の葉を使った柏餅を食べたり、厄を払う菖蒲の葉を浮かべたお風呂に入ったりする風習があります。



「八十八夜」

「八十八夜」は立春から八十八日目に当たる日のことです。
この頃は霜が降りることもなく、茶摘みや稲の苗土のもみまきなどの農作業をはじめるとされています。

