



令和5年度

# 5月 給食献立表



各務原市立蘇原中学校

1日(月)	2日(火)八十八夜	3日(水)	4日(木)	5日(金)
チーズ ほうれん草のソテー マーメイド チキン コッペパン ポテトスープ	キャベツのごまあえ カツオの更紗揚げ 柏餅 麦ごはん 若竹汁	憲法記念日 	みどりの日 	子どもの日 
8日(月)いい菌の日 みかんゼリー 大根サラダ イカのカレー パン粉焼 お茶パン ポークビーンズ	9日(火) じゃがいもの キビナゴのから揚げ きんぴら 麦ごはん さつき汁 ひじきふりかけ	10日(水) 小松菜の煮浸し 抹茶ビーンズ ソフト麺 肉みそソース	11日(木) フルーツ 卵なし八宝菜 杏仁 麦ごはん わかめスープ	12日(金) ひじきの炒め煮 厚揚げの肉みそかけ アセロラゼリー 麦ごはん 麩のすまし汁
15日(月) キャベツのソテー スロッピー ジョー 食パン ポテトポタージュ	16日(火) 高野豆腐の サワラの山椒みそ焼き 炒め煮 麦ごはん かきたま汁	17日(水) 海藻サラダ ボイル ウィナー 中華麺 醤油ラーメンの具 抹茶蒸しパン	18日(木) 中華サラダ ポークシューマイ 麦ごはん 麻婆豆腐	19日(金)食育の日 いちごヨーグルト アジフライ たけのこごはん じゃがいものみそ汁
22日(月) ごぼうサラダ ポテトの チーズ焼き 黒パン 野菜スープ	23日(火) オレンジ アスパラソテー 麦ごはん ハッシュドビーフ	24日(水) ブルーベリーゼリー キャベツのサラダ 鶏肉の 香味揚げ ちゃんぽん麺 ちゃんぽんの具	25日(木) 小松菜のおかか煮 鶏ごぼう 麦ごはん 昆布汁	26日(金) 切干大根の サバの塩焼き 煮つけ 麦ごはん 厚揚げのみそ汁
29日(月) ミートボールの ビーンズサラダ ケチャップがらめ 食パン マカロニスープ チョコクリーム	30日(火) 炒めナムル 焼肉 麦ごはん トックスープ	31日(水) メロン じゃがいものうま煮 シシャモのお茶天ぷら うどん 山菜うどんの具	伝えよう日本の味 「八十八夜」 立春から、八十八日目にあたる日で、このころは霜が降りることもなく、茶摘みや、農作業を始める目安とされています。 給食では、抹茶ビーンズや抹茶蒸しパン、ししゃものお茶天ぷらなどが登場します。 今年の「八十八夜」は、5月2日です。	

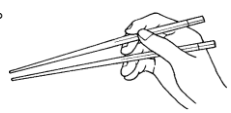
## 食事のマナーを守って食事をしよう！

箸を正しく持って  
食べましょう。

心を込めて食事のあいさつを  
しましょう。

姿勢を正して  
食べましょう。

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用して、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箸の持ち方で食事ができるようにしましょう。



「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。



良い姿勢で食事をすると、食べている姿がきれいだけでなく、食べ物の消化も良くなります。姿勢を意識して食事をしましょう。

