

	月	火	水	木	金
献立	5月に使う、主な旬の食材 <ul style="list-style-type: none"> <li>7日：あまなつ</li> <li>13日：お茶</li> <li>15日：たけのこ</li> <li>19日：アスパラガス</li> <li>20日：ニューサマーオレンジ</li> </ul>		1 麦ごはん 黒はんぺんお茶フライ じゃことやさいのナムル とん汁 牛乳		2 こどもの日献立 ちゅうかちまきふうごはん はるさめサラダ ワンタンスープ りんごヨーグルト 牛乳
献立メモ	他にも1年を通して使うキャベツやじゃがいも、玉ねぎも旬のものになります。		【八十八夜】 立春(りっしゅん)から数えて八十八日目を八十八夜と言ひ、今年(ことし)は5月1日です。八十八夜は新茶(あたらしく)のおいしい時期(とき)とされています。		【こどもの日】 5日のこどもの日に合わせた献立(けんりつ)です。ちまき(ちまき)やかしわ(かしわ)を食べて、しょうぶ(しょうぶ)ゆい(ゆい)に入る風習(ふうじゆ)があり、かしわ(かしわ)の葉(は)は縁起(えんぎ)のよい食材(じしょくざい)とされています。
献立	5 こどもの日	6 振替休日 (みどりの日)	7 麦ごはん ハヤシライス コールスローサラダ 手作りあまなつゼリー 牛乳	8 ちゅうかめん 五目ラーメン(つゆ) はるまき くさわかめサラダ 牛乳	9 ロールパン ホットドッグ用ウイナー スパソテイ たまごスープ 牛乳
献立メモ			【あまなつ】 あまなつは、夏(なつ)みかん(みかん)にくらべて酸味(さんみ)が少なく、甘い(あまい)ことから、あまなつとよばれるようになりました。	【はるまき】 はるまきは中国(ちゆうごく)で生まれた料理(りょうり)です。中国(ちゆうごく)では春(はる)を迎え(むか)える縁起(えんぎ)のよい食べ物(たべもの)とされています。	【ホットドッグ】 ホットドッグ(はとどぐ)はアメリカ(あめりか)で生まれました。熱い(あつい)ウイナー(ういーな)を買って(か)うた(う)る時(とき)に、そのままだ(そのままだ)と熱い(あつい)ため(ため)パン(ぱん)に挟んだ(はさ)ものが始まり(はじまり)だそう(そう)です。
献立	12 さくらごはん とり肉のピリ辛(から)やき ちぐさあえ みそ汁 バナナ 牛乳	13 うどん 和風(わふう)つけ汁 サワラ(さわら)のお茶(ち)あげ ごまあえ 牛乳	14 麦ごはん チンジャオ(ちんぎょう)オロス わかめ(わかめ)スープ オレンジ 牛乳	15 たけのこ(たけのこ)ごはん ろしとあおさ(ろしとあおさ)のあつ(あつ)やき(やき)たまご いそび(いそび)たし ごま(ごま)みそ汁 牛乳	16 パースデー給食 ナンピザ マカロニ(まかろに)サラダ やさい(やさい)スープ みかん(みかん)ゼリー 牛乳
献立メモ	【バナナ】 バナナ(ばなな)にはでんぷん(でんぷん)やブドウ糖(ぶどうとう)の他に(た)りにもカリウム(カリウム)などが多く(おほく)ふくまれています。バナナ(ばなな)は消化(しょうか)がよく、すぐ(すぐ)エネルギー(えんじ)ーになります。	【お茶】 静岡県(しずま)県(けん)といえばお茶(ち)の生産量(せいさんりやう)が多い(おほく)ことで有名(ゆうめい)です。5月(ごがつ)は茶葉(ちや)が旬(しゆん)を迎え(むか)える季節(きせう)です。今日(こんにち)はサワラ(さわら)のお茶(ち)あげ(あげ)にしました。	【チンジャオオロス】 チンジャオ(ちんぎょう)オロス(ロス)は中国(ちゆうごく)生まれ(うまれ)の料理(りょうり)で、チンジャオ(ちんぎょう)は細(こ)く切(き)った緑(きよ)の野菜(やさい)、ロ(ロ)は肉(にく)、ス(ス)は千切(せんぎ)りという意味(い)があります。	【たけのこ】 たけのこ(たけのこ)は1日(いちにち)で1メートル(1メートル)も伸(の)びた(の)という記録(きらく)があるほど(ほど)、成長(せいじやう)するのが早(はや)い食材(じしょくざい)です。縁起(えんぎ)物(もの)の食材(じしょくざい)としてもよく使(つか)われます。	【パースデー給食】 今日(こんにち)はパースデー(ぱーすてー)給食(きんじき)の日(ひ)です。5月(ごがつ)生まれ(うまれ)の皆さん(みなさん)、おめでとう(おめでとう)ございます！今日(こんにち)はナンピザ(なんぴざ)とみかん(みかん)ゼリー(ゼリー)でお祝(お祝い)い(い)です。
献立	19 麦ごはん キーマカレー アスパラ(あすぱら)ガス(ガス)とポト(ポト)のり(り)ー 手作り(ていず)カルピス(カルピス)ゼリー 牛乳	20 麦ごはん なま(なま)あげ(あげ)のちゅう(ちゅう)か煮(に)かん(かん)こく(こく)風(ふう)サラダ ニューサマー(にゅーさまー)オレンジ 牛乳	21 ハニート(はにーと)ースト ポト(ポト)フ ツナ(ツナ)サラダ バナナ 牛乳	22 2しよ(2しよ)く(く)そぼろ(そぼろ)ごはん なめ(なめ)たけ(たけ)あえ けん(けん)ちん(ちん)汁(じゆ) 牛乳	23 麦ごはん チキン(ちきん)タレ(たれ)カツ(カツ) もやし(もやし)の(の)からし(からし)あえ みそ汁 牛乳
献立メモ	【アスパラガス】 今日(こんにち)は今の(いま)時期(じき)が旬(しゆん)の(の)アスパラガス(あすぱら)とじゃがいも(じゃがいも)を使(つか)ったソテー(そてー)です。アスパラガス(あすぱら)には緑色(きよ)のほかに白(しろ)色(いろ)のもの(もの)もあ(あ)ります。	【ニューサマーオレンジ】 ニューサマー(にゅーさまー)オレンジ(オレンジ)は「ひょう(ひょう)がなつ(なつ)」とも呼(よ)ばれる(る)柑橘(かんきつ)類(るい)で、静岡県(しずま)県(けん)では東伊豆(とういず)地区(ちく)で多(おほく)く作(つく)られて(て)います。	【はちみつ】 はちみつ(はちみつ)の糖(とう)分(ぶん)(とうぶん)は短時間(たんじかん)で体(てい)に取(と)り込(こ)ま(こ)れるため(ため)、すぐ(すぐ)に体(てい)や頭(あたま)のエネルギー(えんじ)ーとな(な)ります。	【酢(す)】 お酢(おす)にはクエン酸(くえんさん)という成分(せいぶん)があり、クエン酸(くえんさん)はつか(つか)れを取(と)るはたらき(はたらき)がありま(あ)す。しつかり食(た)べて運動会(うんどうかい)練習(れんじゆ)が(が)んば(んば)ってください！	【運動会前日】 明日(あした)はいよいよ運動会(うんどうかい)です(す)ね!!練習(れんじゆ)を頑(こ)張(は)っていた(て)皆さん(みなさん)に、給食室(きんじき)から応援(えんじゆ)する(する)気持(きもち)を込(こ)めて今日(こんにち)はタレカツ(たれカツ)です。
献立	26 運動会(うんどうかい)代(だい)休日(きゅうじつ)	27 麦ごはん 和風(わふう)ハン(はん)バーグ(バーグ) もやし(もやし)とコーン(こーん)のおひたし じゃが(じゃが)べー(べー)汁(じゆ) 牛乳	28 給食(きんじき)なし (午前(ごぜん)中(ちゆう)で下校(げがう))	29 にんじん(にんじん)ツナ(ツナ)ピラ(ピラ)フ とり肉(とりにく)のマスタード(ますたーど)やき ハム(はむ)サラダ こう(こう)やど(やど)う(う)ふ(ふ)スープ 牛乳	30 麦ごはん おか(おか)か(か)ふ(ふ)り(り)か(か)け とり肉(とりにく)の(の)あげ(あげ)煮(に) き(き)玉(たま)汁(じゆ) 牛乳
献立メモ		【和風ハンバーグ】 和風(わふう)ハン(はん)バーグ(バーグ)は、豆腐(とうふ)やひじき(ひじき)を使(つか)ったハン(はん)バーグ(バーグ)です。最後(さいご)にかけるタレ(たれ)にはしょうが(しょうが)やか(か)つ(つ)お(お)ぶ(ぶ)し(し)を使(つか)います。		【マスタード】 マスタード(ますたーど)はカラシ(からし)の種(たね)や、種(たね)をつぶ(つぶ)した(した)もの(もの)に酢(す)などを加(か)えて作(つく)られます。今日(こんにち)は辛(から)みの少(すく)ない「つぶ(つぶ)ますたーど」(ますたーど)を使(つか)います。	【とり肉のあげ煮】 とり肉(とりにく)のあげ(あげ)にはとり肉(とりにく)だけ(だけ)でなく(なく)じゃがいも(じゃがいも)や大豆(だいず)など(など)、他(た)の食材(じしょくざい)もた(た)く(た)さん(さん)使(つか)います。油(あぶら)であ(あ)げて、タレ(たれ)にか(か)めて作(つく)ります。