

5月

# こんだてひょう

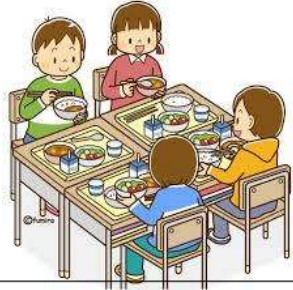
きゅうしょくもくひょう

## 給食目標：よい食べ方を身につけよう

小川小中学校



「はし」や「おわん」の持ち方はどうかな？



対面式の給食は、しばらくしません。がまんしましょう

「正しいしせいで、たべていますか。」

新型コロナの感染が県内でも、多くなっています。  
ゴールデンウィークは、島で過ごすことになります。  
お家で楽しく、おやつ作りやお弁当を作ってピクニックなどいかがでしょうか？図書室にも料理の本がそろっています。  
その他、新しい本も入っているので好きな本をゆっくり読むのもいいですね。工夫すれば、楽しいことがたくさんありそうです。

6(木)  
ごはん  
さかなの西京焼き  
にら玉汁  
キャベツの昆布和え  
かしわもち

7(金)  
むぎごはん  
マーボー豆腐  
春巻き  
中華風酢の物

10(月)  
むぎごはん  
鶏肉と高野豆腐の揚げ煮  
梅のおかかあえ  
みそ汁

11(火)  
食パン  
炒めビーフン  
蒸しシューマイ  
海そうサラダ

12(水)  
むぎごはん  
チキンカレー  
豆とコーンのサラダ

13(木)  
ごはん  
鯛の塩焼き  
海苔酢和え  
ふわふわ汁

14(金)  
むぎごはん  
和風ハンバーグ  
野菜ソテー  
豆腐とチンゲン菜のスープ

17(月)  
むぎごはん  
チキン南蛮  
こんにゃくの炒め物  
みそ汁

18(火)  
コッペパン  
やきそば  
ウインナー  
ごまドレサラダ

19(水)  
チャーハン  
揚げきょうざ  
中華和え  
卵スープ

20(木)  
むぎごはん  
竹輪のいそべあげ  
切り干し大根の炒め煮  
豆腐とわかめのみそ汁  
すまし汁

21(金)  
鶏めし  
厚焼き卵  
アスパラのサラダ  
沢煮椀  
宮崎産マンゴ

24(月)  
ごはん  
サバの塩焼き  
きゅうりとわかめの酢の物  
肉じゃが  
(小川産・わかめ)

25(火)  
ナン  
ドライカレー  
オムレツ  
甘夏サラダ

26(水)  
人参ご飯  
ミンチカツ  
磯煮  
豆腐とわかめのみそ汁  
(小川産・わかめ)

27(木)  
キムチチャーハン  
ツナサラダ  
春雨スープ

28(金)  
麦ごはん  
チンジャオロースー  
五目卵スープ  
手作りゼリー

31(月)  
五目ずし  
すまし汁  
さつまいもの天ぷら  
野菜サラダ

正しいはしの持ち方を練習しよう

