

清潔な「箸」を  
忘れずに持参  
しましょう。

毎日、「はやね・はやおき・あさごはん」を実践しましょう!



# 5月予定献立表

月	火	水	木	金
<p><b>今月の地場産品</b></p> <p>☆きゅうり ☆小松菜 ☆みそ</p> <p>・油揚げ ・わかめ ・油麩 ・うめん</p> <p>☆は岩沼産</p>	<p><b>給食で使用する今月の旬の食品</b></p> <p>・アスパラガス ・新玉ねぎ ・新じゃがいも ・たけのこ ・鰹(かつお)</p> 	<p>1 <b>こどもの日献立</b></p> <p>ごはん 鰹(かつお)の ごま味噌ネーズ焼き お浸し 若竹汁 こどもの日デザート</p> 	<p>2</p> <p>黒糖パン チキンのオープン焼き まめまめサラダ クリームスパゲティ</p> <p>調理で使用する牛乳は メーカーを変更して 使用します</p> 	<p>3 <b>憲法記念日</b></p> <p>給食での牛乳提供 見合わせについて</p> <p>岩沼市内の小中学校では、 安全面の確認がとれるまで給 食での牛乳提供を停止します。 ご不便をおかけいたしますが、 水分補給用として水筒の準備 をお願いいたします。</p> 
		745/33.7/19.6/2.6	779/34.6/34.1/3.3	
<p>6 <b>こどもの日 振替休日</b></p> <p>5月5日は端午の節句 端午の節句には、兜(かぶと) や武者人形、鯉のぼりを飾り、 「ちまき」や「柏餅」を食べて、 男の子の健やかな成長を願い ます。香りの強い菖蒲(しょうぶ) を入れたお風呂につかり、厄を 払う風習もあります。</p>	<p>7 <b>世界味めぐり</b></p> <p>★バインミー 背割りコッペパン 焼き肉 甘酢あえ ビーフンスープ プリン</p>  <p>ベトナム</p>	<p>8</p> <p>ごはん さばのみそ煮 かむかむサラダ 沢煮椀</p> <p>岩沼産の「みそ」を 使って、さばのみそ煮 を作ります!</p> 	<p>9</p> <p>バターロールパン 鶏肉とペンネの トマト煮 ごぼうサラダ ふわふわ卵のスープ</p>	<p>10</p> <p>ごはん 豚肉の生姜焼き にらの卵とじ みそ汁 (じゃがいも・わかめ)</p> <p>旬を味わおう! 「にら」</p> 
724/37.8/22.6/3.9	743/31.0/20.9/3.6	725/29.2/29.8/3.6	763/31.0/23.1/2.2	
<p>13</p> <p>ごはん 豚キムチ 五目春雨スープ おかしな目玉焼き</p> <p>おかしな目玉焼きは デザートです!</p> 	<p>14</p> <p>セルフ焼きそばパン 〔背割りコッペパン ソース焼きそば 肉焼売 フルーツヨーグルト〕</p>	<p>15</p> <p>ごはん あじの香味焼き 浅漬け 豚汁</p>	<p>16</p> <p>ピザトースト チーズオムレツ マカロニスープ 冷凍パイ</p> <p>手作りのピザトーストには、旬 のアスパラガスを使います。</p>	<p>17</p> <p>ごはん 回鍋肉 きゅうりとメンマの 中華和え もやしスープ</p> <p>岩沼市産の食材 「きゅうり」</p> 
3年生は、修学旅行期間です。				
753/28.5/17.4/2.4	740/29.2/24.1/4.1	749/34.5/19.4/2.9	800/30.0/30.5/4.0	746/31.2/21.8/2.7
<p>20</p> <p>ごはん ハンバーグ(デミソース) 切干大根のりごま ネーズサラダ みそ汁(豆麩)</p>	<p>21 <b>お誕生日献立</b></p> <p>ミルクパン タンドリーチキン アメリカンサラダ かぶと ベーコンのスープ お誕生日デザート</p> <p>お誕生日おめでとう!</p> 	<p>22</p> <p>ごはん 鯖の西京味噌焼き 五目きんぴら おくずかけ</p> <p>宮城県産の郷土料理 「おくずかけ」</p> 	<p>23</p> <p>チーズパン 鶏つくね ゆかり和え 五目うどん お茶めな大豆</p> <p>新茶の季節 お茶風味の大豆</p> 	<p>24 <b>市総合大会応援献立</b></p> <p>北中カレー 元気サラダ オレンジ</p> <p>北中カレーは お肉や野菜を たっぷり使用 しています!</p>  
812/29.5/25.5/2.3	829/35.2/35.7/3.6	771/33.0/17.8/2.3	747/34.0/27.8/3.8	879/28.4/28.8/3.4
<p>27 <b>市総合大会 振替休日</b></p> <p>5月30日は 「ゴミゼロ」の日</p> <p>リサイクルされずに廃棄された 食品は焼却され、その際に多く の二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)が発生し ます。CO<sub>2</sub>の増加は、地球温暖 化の原因にもなります。給食の 残食を減らすことは、地球温暖 化の抑制にもつながります。</p>	<p>28</p> <p>ソフトパン チリコンカン コーンポテト ジュリアンスープ フロズンヨーグルト</p>	<p>29</p> <p>ごはん ブリの照り焼き じゃがいもの 肉みそがらめ みそ汁(油麩)</p> <p>「油麩」は 宮城県登米市の 特産品です。</p> 	<p>30</p> <p>減塩パン (はちみつ) 棒ぎょうざ みそラーメン フルーツ杏仁</p> <p>5月30日は 語呂合わせて 「ゴミゼロ」の日</p> 	<p>31</p> <p>セルフビビンバ 〔ごはん 肉炒め 小松菜のナムル ワンタンスープ〕</p> <p>岩沼市産の食材 「小松菜」</p> 
757/28.6/29.5/3.0	780/29.4/22.2/2.5	814/29.8/26.7/4.0	777/34.8/22.7/2.7	

< 月平均栄養価 エネルギー772kcal たんぱく質31.7g 脂質25.0g 食塩相当量3.1g >