令和4年度(5月2日~5月18日)

5月 学校給食献立表

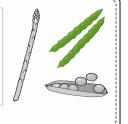
川西市教育委員会

食材の入荷状況により、 献立内容を変更することがあります。

_				(40(1))					M 立 内 台 で 友 丈 す る こ こ が の り よ す 。	
日・曜	-	6日(金)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	16日(月)	17日(火)	18日(水)
献 立 名	牛乳 白飯 きゃべつのみそ汁 煮込みハンバーグ ひじきサラダ	飯		牛乳 カレーライス 発芽玄米入りごはん たまねぎのみそ汁 チキンカレー グリーンサラダ		牛乳 白飯 はるさめスープ いかのマリネ りんごかん	牛乳 ロールパン まめまめポタージュ にんじんサラダ	牛乳 白飯 きざみうどん 五目炒め煮 きゃべつのごまあえ	牛乳 白飯 マーボー豆腐 バンサンスー	牛乳 コーンライス 白いんげんのトマト煮 ツナサラダ チーズ(キッス)
材料名および使用量(g)		牛乳		1本 70 70 70 70 70 70 70 7	1本	中乳 1本 75 水 101 101 101 101 101 101 101 101 101 1	牛乳	大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	本 1本 75 101 100	生乳 (1本) (15
	○ · · 赤色の食品 (血や肉のもとになる食品 たんぱく質・カルシウム)・ ・ 緑色の食品 (体の調子をととのえる食品 ビタミン・ミネラル)			「*」は、除去食対応日の除去対象食品(鶏卵・うずら卵・マョネーズ)につけています。 「塩」の使用について:献立の材料名欄に記載されていなくても、"ゆで塩"など、味をととのえること等を目的に使用することがありま						
	Iネルギー/たんぱく質 642kcal 27.0g	Iネルキー/たんぱ〈質 513kcal 18.6g	Iネルキー/たんぱく質 557kcal 24.0g	Iネルキー/たんぱく質 629kcal 20.6g	Iネルキ'-/たんぱ〈質 541kcal 21.2g	Iネルギー/たんぱ〈質 623kcal 23.5g	Iネルキー/たんぱ〈質 621kcal 22.9g	Iネルギー/たんぱ〈質 517kcal 17.7g	Iネルキ'-/たんぱ〈質 619kcal 23.5g	Iネルキ'-/たんぱく質 613kcal 20.7g

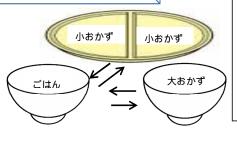
新緑の香りを感じよう

若葉がまぶしい季節です。鮮やかな緑色 の食材が食卓を彩ります。アスパラガス・ さやいんげん・グリンピースなど、旬をむ かえた野菜を取り入れています。



交互に食べましょう

ごはんとおかずを交互に 食べると、どちらもおいし く食べられます。同時に食 べ終わるよう、バランスを 考えて食事をしましょう。



学校給食は「生きた教材」です 学校給食は食に関する知識や実 践力を身につけるために、 大切な教材となります。___





令和4年度(5月19日~5月31日)

5月 学校給食献立表

川西市教育委員会

日・曜	,	20日(金)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	30日(月)	31日(火)
献立名	にぎすのからあげ たまねぎと厚揚げのトロトロ煮	みかんかん	牛乳 白飯 そうめん汁 かんぴょうの炒め煮		牛乳 牛丼 白飯 牛丼の具 じゃがいものみそ汁 もやしのあえもの	牛乳 白飯 肉と野菜のうま煮 ちんげん菜の煮びたし		豚キムチ きゅうりのあえもの	牛乳 白飯 平めんビーフンスープ じゃがいものオイスターソース炒め
材料名および使用量(w)	生乳 1本 75	生精50 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	1本 1本 75 101	掲載して	中籍	# 1本 75 101	# 1本 75 101 25 106 106 106 107 107 107 107 107 107 107 107 107 107	生乳 1本 水 101 水 0.6 貝清の 0.6 り 15 したまう 15 したまら 15 はのは 15 はのは 15 はの 15 はい 15 <td< th=""><th> 1本 1本 75 101 </th></td<>	1本 1本 75 101
	エネルキー/たんぱ〈質 616kcal 25.3g	Iネルキー/たんぱ〈質 531kcal 18.4g	Iネルギー/たんぱ〈質 545kcal 19.9g	Iネルキー/たんぱ〈質 584kcal 29.8g	エネルキー/たんぱ〈質 575kcal 21.1g	Iネルキー/たんぱ〈質 582kcal 20.2g	Iネルキー/たんぱ〈質 564kcal 20.3g	Iネルキー/たんぱ〈質 505kcal 21.4g	エネルキー/たんぱ〈質 581kcal 21.2g

友だちが食物アレルギーだったら

食物アレルギーのため、給食などでみんなと同じものを食べられない場合があります。また、急に具合が悪くなることもありますので、 そのような時は、すぐに先生に知らせましょう。



食事前後の手洗いを忘れずに

手洗いは、手の汚れを落とすだけでなく、感染症や食 中毒などを予防するためにもとても大切なことです。食 事の前と後には石けんできれいに洗うようにしましょう。



食事の時は

背中ピン!



見た目もよく、食 べやすい姿勢です。 背中を曲げた姿勢に ならないように注意 しましょう。

給食当番の身じたく チェック



ぼうしにかみの毛 をきちんと入れた 清潔な白衣を着て いる

マスクは鼻までお おっている

つめを短く切っている

いる ・ チをこけんでき

手を石けんできれ いに洗った