

令和6年
5月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日確認してください。
※材料・天候によって献立を変更することがあります。



開南学校給食センター

TEL: 917-3483
FAX: 917-3483

学校給食の 栄養基準量		E=17kcal	P=2.7g	F=1.0g
	小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g

こ ん だ て	【給食提供がない日】 9日(木) 城岳小(春の遠足) 20日(月)天妃小6年(なんみん祭代休)	1(水) チンジャオロース 牛乳 むぎごはん とうがんのちゅうかスープ	2(木) かしわもち 牛乳 かつおカツ たけのこごはん シークワサーあえ	3(金) 憲法記念日 初がっお
	【今月のもくひょう】 ・しよつきをただしくならべよう ・ちょうしよくのたいせつさをしろう	チンジャオロースには、どんなのピーマンがはいっているかな？	かしわもちのはっぱは、たべないはっぱです。はっぱは、はずしてね。	
きゅうしよくメモ				
小学校		E 535 P 22.7 F 13.7	E 654 P 23.1 F 22.6	
こ ん だ て	6(月) 振替休日 新茶	7(火) きゅうりのちゅうかあえ 牛乳 むぎごはん マーボーとうがん	8(水) こまつなのじゃこあえ 牛乳 ゴーヤみそ むぎごはん だいごんのにつけ	9(木) うむくじあんだぎー 牛乳 やきうどん まめサラダ
	きゅうしよくメモ	しよつきをおくいちには、きまりがあります。ごはんはどこかな？	きょうは、5月8日「ゴーヤの日」です。ゴーヤはどこにはいつているのでしょうか？	うむくじアングーは、もちもちしています。よくかんでたべてください。
小学校		E 555 P 20.8 F 16.5	E 592 P 23.8 F 15.8	E 446 P 19.4 F 18.1
こ ん だ て	13(月) じゃがいものそばろにひらつくね 牛乳 わかめごはん とんじる	14(火) だいごんのサラダ 牛乳 たらフライ バーガーパン しろいげんまめのクリームスープ	15(水) パパイヤのウサチくるまふのナゲット 牛乳 むぎごはん クーリジシ	16(木) ふりかけ 牛乳 マーミナーチャンプルー むぎごはん イナムドウチ
	きゅうしよくメモ	ごはんにはいつているみどりのたべものは、「わかめ」です。	きょうは、沖縄復帰記念日(おきなわふつききねんび)です。	まいつき、だい3もくようびは、「琉球料理(りゅうきゅうりょうり)の日」です。
小学校	E 567 P 24.4 F 17.1	E 658 P 28.3 F 24.7	E 510 P 22.3 F 12.0	E 589 P 24.3 F 19.9
こ ん だ て	20(月) あつあげのちゅうかいため 牛乳 むぎごはん すいぎょうぎのスープ	21(火) ハンバーグソースかけ 牛乳 カレーピラフ ごぼうサラダ	22(水) パパイヤとだいのサラダ 牛乳 なかよしパン とうがんのコーンクリームに	23(木) アセロラポンチ 牛乳 むぎごはん チキンカレー
	きゅうしよくメモ	あさごはんをたべると、からだに3つのスイッチがはいらいます。3つのスイッチってなにか？	サラダにはいつている、きいろでほそながいたべものが、パパイヤです。	いつもスプーンのおむきをそろえてくれてありがとう！きょうもしっかりそろえてね。
小学校	E 571 P 21.3 F 16.3	E 606 P 21.1 F 25.0	E 591 P 22.6 F 25.2	E 657 P 19.7 F 19.2
こ ん だ て	27(月) (★キャベツとチーズ) 牛乳 ★タコライス ビーフン (★むぎごはんとミート) スープ	28(火) オレンジ 牛乳 ゴーヤとぶたにくもずくのスタミナどん みそしる	29(水) ・にくやさいため・スープ 牛乳 にくやさいそば ゴーヤぶたしゃぶサラダ・めん	30(木) ダブルポテトサラダ 牛乳 （城岳）きなこあげパン 城岳こくとうパン (開南・天妃) ミネストローネ
	きゅうしよくメモ	ビーフンは、なにからつくられているたべものでしょうか？(こたえ:こめ)	そばのふくろをあけるまえに、2つにおりめをつけて、はんぶんずつついでてね。	あげパン、開南小と天妃小のみなさんは、らいげつまでまってるね。
小学校	E 582 P 21.8 F 18.2	E 524 P 22.3 F 12.4	E 582 P 26.6 F 23.9	E 633 P 22.7 F 26.7
こ ん だ て				31(金) チーズおから 牛乳 にくだんご むぎごはん こまつなのみそしる
	きゅうしよくメモ	ゴーヤとぶたにくは、とってもあいしょうのよいくみあわせです。	そばのふくろをあけるまえに、2つにおりめをつけて、はんぶんずつついでてね。	こんげつは、しよつきをただしくおくことができたかな？ふりかえってみましょう。
小学校	E 582 P 21.8 F 18.2	E 524 P 22.3 F 12.4	E 582 P 26.6 F 23.9	E 633 P 25.3 F 20.6