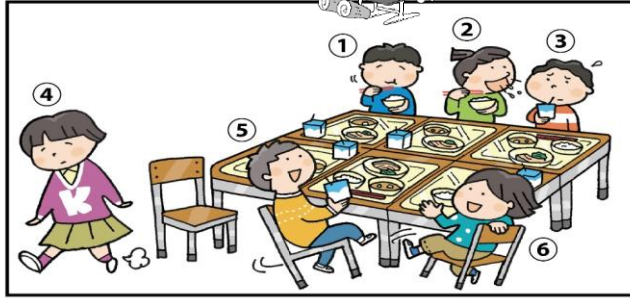




こんげつ きゅうしよくひょう
今月の給食目標は、『食事マナーを身に付けよう』です。

マナー違反は だーれだ

右の絵の中にマナー違反をしている人が4人います。だれがどんなマナー違反をしているのかを考えてみましょう。



答え ②は口の中に食べ物が入ったまま話をしています。中の食べ物が見えたり飛んだりしています。④は食事中に立ち歩いています。周りの人が落ち着かなくなります。⑤、⑥はいすを揺らしています。後ろに倒れると危険です。

《こどものひこんだて》
《こどもの日献立》
鯛めし
発酵乳(プレーン)
揚げ餃子の野菜あんかけ
具沢山汁
日向夏ゼリー

エネルギー 730 kcal
たんぱくしつ 28.3 g
しよくえん 3.8 g



<p>4</p> <p>みどりのひ みどりの日</p>	<p>5</p> <p>こどものひ こどもの日</p>	<p>6</p> <p>ふりかえきゆうじつ 振替休日</p>	<p>7</p> <p>ごはん(べんとう) ご飯(弁当) 牛乳 白身魚フライ 千草和え 豚汁</p> <p>エネルギー 764 kcal たんぱくしつ 27.2 g しよくえん 2.3 g</p>	<p>8</p> <p>ちきんかれーらいす チキンカレーライス (麦ご飯) (カレールー) 牛乳 海藻サラダ チーズ</p> <p>エネルギー 758 kcal たんぱくしつ 23.6 g しよくえん 2.9 g</p>
<p>11</p> <p>はちみつぱん はちみつパン 牛乳 ポークビーンズ ブロッコリーとコーンのサラダ</p> <p>エネルギー 728 kcal たんぱくしつ 29.7 g しよくえん 2.5 g</p>	<p>12</p> <p>とんこつらーめん 豚骨ラーメン (中華めん) (ラーメンスープ) 牛乳 小籠包 シラス和え</p> <p>エネルギー 717 kcal たんぱくしつ 29.4 g しよくえん 3.8 g</p>	<p>13</p> <p>ひじきごはん ひじきご飯 牛乳 ほうれん草玉子巻 のりチーズ和え あさりのみそ汁</p> <p>エネルギー 702 kcal たんぱくしつ 26.3 g しよくえん 3.9 g</p>	<p>14</p> <p>ごはん(べんとう) ご飯(弁当) 牛乳 ソースつくね 塩昆布和え じゃがいもの旨煮</p> <p>エネルギー 725 kcal たんぱくしつ 24.6 g しよくえん 2.5 g</p>	<p>15</p> <p>ごはん(べんとう) ご飯(弁当) 牛乳 さばのみそ煮 からし和え かみなり汁</p> <p>エネルギー 765 kcal たんぱくしつ 29.7 g しよくえん 2.4 g</p>
<p>18</p> <p>こっぺぱん コッペパン いちごジャム 牛乳 かぼちゃオムレツ スパゲティソテー ポトフ</p> <p>エネルギー 709 kcal たんぱくしつ 25.7 g しよくえん 3.2 g</p>	<p>19</p> <p>《しよくひ》 《食育の日》 けんちんうどん けんちんうどん (ソフトめん) (うどん汁) 牛乳 ローズポークコロッケ 梅和え</p> <p>エネルギー 764 kcal たんぱくしつ 23.1 g しよくえん 3.2 g</p>	<p>20</p> <p>《げんえんのひ》 《減塩の日》 ガバオライス ガバオライス (麦ご飯) (ガバオライスの具) 牛乳 タイ風フォースープ 杏仁豆腐</p> <p>エネルギー 748 kcal たんぱくしつ 27.5 g しよくえん 2.2 g</p>	<p>21</p> <p>ごはん(べんとう) ご飯(弁当) 牛乳 ホキの香草焼き こんにゃくのおかか煮 若竹汁</p> <p>エネルギー 704 kcal たんぱくしつ 30.1 g しよくえん 2.5 g</p>	<p>22</p> <p>ごはん(べんとう) ご飯(弁当) 牛乳 春巻 パンサンスー つくねの中華スープ</p> <p>エネルギー 786 kcal たんぱくしつ 21.5 g しよくえん 2.5 g</p>
<p>25</p> <p>みるくぱん ミルクパン 牛乳 ミートボール シーザーサラダ コンソープ</p> <p>エネルギー 775 kcal たんぱくしつ 30.4 g しよくえん 3.7 g</p>	<p>26</p> <p>ごもくらーめん 五目ラーメン (中華めん) (ラーメンスープ) 牛乳 鶏と野菜のフリット メンマの中華和え</p> <p>エネルギー 766 kcal たんぱくしつ 34.4 g しよくえん 3.5 g</p>	<p>27</p> <p>こうどうふいりおやこどん 高野豆腐入り親子丼 (麦ご飯) (親子丼の具) 牛乳 キャベツのごま酢和え ミルクムース</p> <p>エネルギー 774 kcal たんぱくしつ 27.5 g しよくえん 2.3 g</p>	<p>28</p> <p>ごはん(べんとう) ご飯(弁当) 牛乳 鶏肉の甘辛ソースがけ 炒めビーフン みぞれ汁</p> <p>エネルギー 707 kcal たんぱくしつ 31.5 g しよくえん 3 g</p>	<p>29</p> <p>むぎごはん 麦ご飯 牛乳 イワシの生姜煮 おかかマヨネーズ和え 田舎汁</p> <p>エネルギー 723 kcal たんぱくしつ 27 g しよくえん 2.3 g</p>

物資の都合により、献立が変更となる場合があります。

栄養価の値は、中学部・高等部の値となります。小学部は、目安として1・2年生が7割、3・4年生が8割、5・6年生が9割程度です。