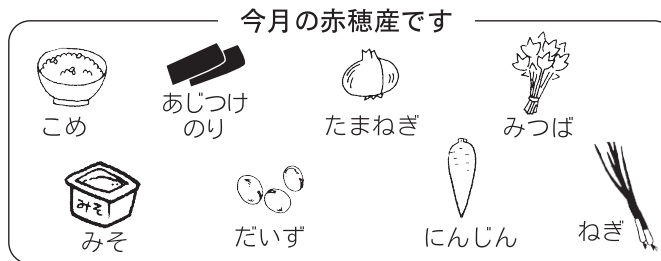


# 学校給食だより

今月の給食予定人員  
 幼稚園… 766人  
 小学校… 2,651人  
 中学校… 1,597人  
 計 … 5,014人

発行  
 赤穂市学校給食会  
 赤穂市立学校給食センター  
 TEL 48-7151・7252  
 FAX 48-1540



給食費口座振替日  
 全校園とも 5月25日(木)

【通帳残高を確認のうえ前日までに  
 入金しておいて下さい。】

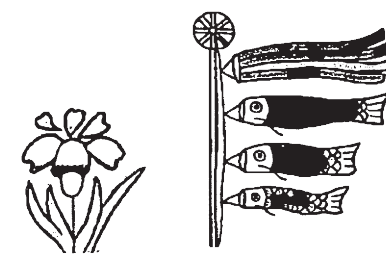
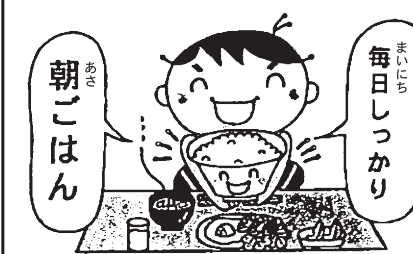
## 平成29年 5月分 学校給食献立表

日・曜	① 日 (月)	② 日 (火)	⑧ 日 (月)	⑨ 日 (火)	⑩ 日 (水)	⑪ 日 (木)	⑫ 日 (金)	⑮ 日 (月)	⑯ 日 (火)	⑰ 日 (水)	⑱ 日 (木)
こ ん だ て	ごはん ぎゅうにゅう ぶたもやしスープ いわしのうめに ◎みかんゼリー(幼) ひゅうがなつみかん(小中)	いりこなめし ぎゅうにゅう みそしる あまチキ てっこつサラダ	ごはん ぎゅうにゅう ミートボールのうまに しおこんぶあえ ◎かしわもち	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる ぶたにくと うずらたまごのにこみ おひたし	ごはん ぎゅうにゅう みそおでん さわら まぜまぜゼリー	サンドパン ぎゅうにゅう コーンポタージュ スラッピージョー カラフルサラダ かんきつドレッシング	ごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ あげしゅうまい きゅうりのすのもの	ごはん ぎゅうにゅう わかたけじる カボチャサンド ごぼうサラダ	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかあえ やきとり ぶどうゼリー	わかめごはん ◎のむヨーグルト(幼) ぎゅうにゅう(小中) てんぐスープ とりにくのレモンづけ おかかあえ	こがたパン ぎゅうにゅう スープスパゲティ ハムステーキ ミニトマト メープルジャム ミルメーク(小中)
ざ い り よ う	ぶたにく・もやし キャベツ・にんじん ねぎ・にんにく しょうが・はなかつお みそ・ごま・スープストック ごまあぶら いわしのうめに ひゅうがなつみかん	とうふ・あぶらあげ にんじん・わかめ ねぎ・みそ・けずりぶし とりにく・でんぶん ごまあぶら・はちみつ にんにく・あぶら ひじき・にんじん きゅうり・いとかまぼこ サイノメチーズ・キャベツ ごまドレッシング・ごま	ミートボール・たまねぎ ヤングコーン・にんじん ほししいたけ・キャベツ さやいんげん チキンピヨン キャベツ・きゅうり にんじん・しおこんぶ	とりにく・とうふ・ねぎ にんじん・さといも だいこん・ごぼう こんにゃく・ほししいたけ けずりぶし ぶたにく・しろねぎ しょうが・こんにゃく うずらたまご・でんぶん ほうれんそう・はくさい もやし・はなかつお ごま	ちくわ・あつあげ ごぼうてん・だいこん みそ・とりミンチ こんにゃく・にんじん けずりぶし さわら まぜまぜゼリー パインかん・カクテルゼリー	ベーコン・クリームコーンかん たまねぎ・にんじん ホールコーンかん・グリーンピース マッシュルーム・ぎゅうにゅう なまクリーム・ホワイトルウ チキンピヨン だいず・ぶたミンチ・たまねぎ にんじん・あかワイン トマトかん・ケチャップ ブロッコリー・カリフラワー にんじん・ホールコーンかん	はるさめ・ぶたにく たけのこ・もやし チキンピヨン・にんじん にら・ほたてがいか しゅうまい・あぶら きゅうり・いとかまぼこ わかめ・にんじん ごま	わかめ・とりにく にんじん・たけのこ ねぎ・ごま けずりぶし・こんぶ カボチャサンド あぶら ごぼう・にんじん ごま・わふうドレッシング	たまご・ハム・マロニー きゅうり・にんじん キャベツ・もやし・ごま ごまあぶら とりぐし・しょうが ぶどうゼリー	とりつくね・たまねぎ もやし・じゃがいも ほたてがいか・セロリ にんじん・ホールコーンかん マッシュルーム・きなチーズ えび・しろいんげんまめ ぎゅうにゅう とりにく・でんぶん あぶら・レモンかじゅう はくさい・にんじん はなかつお	ベーコン・スパゲティ パセリ・にんじん・たまねぎ ホワイトルウ・なまクリーム マッシュルーム・こなチーズ えび・しろいんげんまめ ぎゅうにゅう ポロニアハム ケチャップソース ミニトマト
日・曜	⑬ 日 (金)	⑭ 日 (月)	⑲ 日 (火)	⑳ 日 (水)	㉑ 日 (木)	㉒ 日 (金)	㉓ 日 (月)	㉔ 日 (火)	㉕ 日 (水)		
こ ん だ て	ごはん ぎゅうにゅう すましじる しろみぎかなのフライ とりごまサラダ ウスターソース	ごはん ぎゅうにゅう たぬきじる ハンバーグ きのこソース もろどんサラダ	たきこみごはん ぎゅうにゅう うどん すりみスティックの いそべあげ コールスローサラダ	ごはん ぎゅうにゅう おやこに はくさいの さっぱりあえ あじつけのり ◎プルーンヨーグルト	こくとうパン ぎゅうにゅう コンソメスープ ミンチカツ ゆでブロッコリー マヨネーズ	むぎごはん ぎゅうにゅう カレーシチュー だいずとちりめんじゃこの ごまがらめ ミルメーク	ごはん ぎゅうにゅう もずくスープ さんしょくどんぶり かわちばんかん ミニフィッシュ	ごはん ぎゅうにゅう トマトにくじゃが オムレツ おつまみキャベツ	ごはん ぎゅうにゅう とんじる くじらのたつたあげ かいそうサラダ あおじそドレッシング		
ざ い り よ う	とうふ・あぶらあげ みつば・えのきだけ かまぼこ・にんじん けずりぶし・こんぶ ホキフライ・あぶら とりにく・きゅうり にんじん・ごま キャベツ・きくらげ ごまドレッシング	こんにゃく・にんじん えのきだけ・ひらてん ごぼう・ねぎ あぶらあげ・しょうが ごまあぶら・でんぶん とうふハンバーグ・しめじ デミグラスソース マッシュルーム・ケチャップ もろどん・ほうれんそう ハム・にんじん・ごま ホールコーンかん ごまあぶら・わかめ	うどん・ぎゅうにく かまぼこ・にんじん あぶらあげ・ねぎ けずりぶし・こんぶ すりみスティック・こむぎご あおのり・あぶら キャベツ・にんじん きゅうり コールスロドレッシング	とりにく・たまご じゃがいも・グリーンピース にんじん・たまねぎ ちくわ・けずりぶし はくさい・ハム にんじん・ゆずかじゅう	ベーコン・たまねぎ キャベツ・にんじん ホールコーンかん・セロリ マッシュルーム・パセリ チキンピヨン ミンチカツ・あぶら ブロッコリー	ぎゅうにく・じゃがいも たまねぎ・にんじん トマトかん・にんにく カレールウ・あかワイン ひよこまめ だいず・ちりめんじゃこ ごま・でんぶん あぶら	もずく・とうふ えのきだけ・ほししいたけ にんじん・ねぎ でんぶん・けずりぶし こんぶ とりミンチ・たまご えだまめ・しょうが かわちばんかん	ぎゅうにく・じゃがいも たまねぎ・にんじん マッシュルーム さやいんげん・トマトかん にんにく・あかワイン オムレツ キャベツ・ごまあぶら しおこんぶ	ぶたにく・ごぼう にんじん・だいこん こんにゃく・さといも あぶらあげ・ねぎ けずりぶし・みそ くじら・でんぶん しょうが・にんにく あぶら かいそう・わかめ きゅうり・にんじん		

○印は幼稚園の給食日です。

●●● 給食標語 「給食の力をかりて 一等賞」 28年度 赤穂西小6年 小林 良平 ●●●

裏面もごらん下さい。

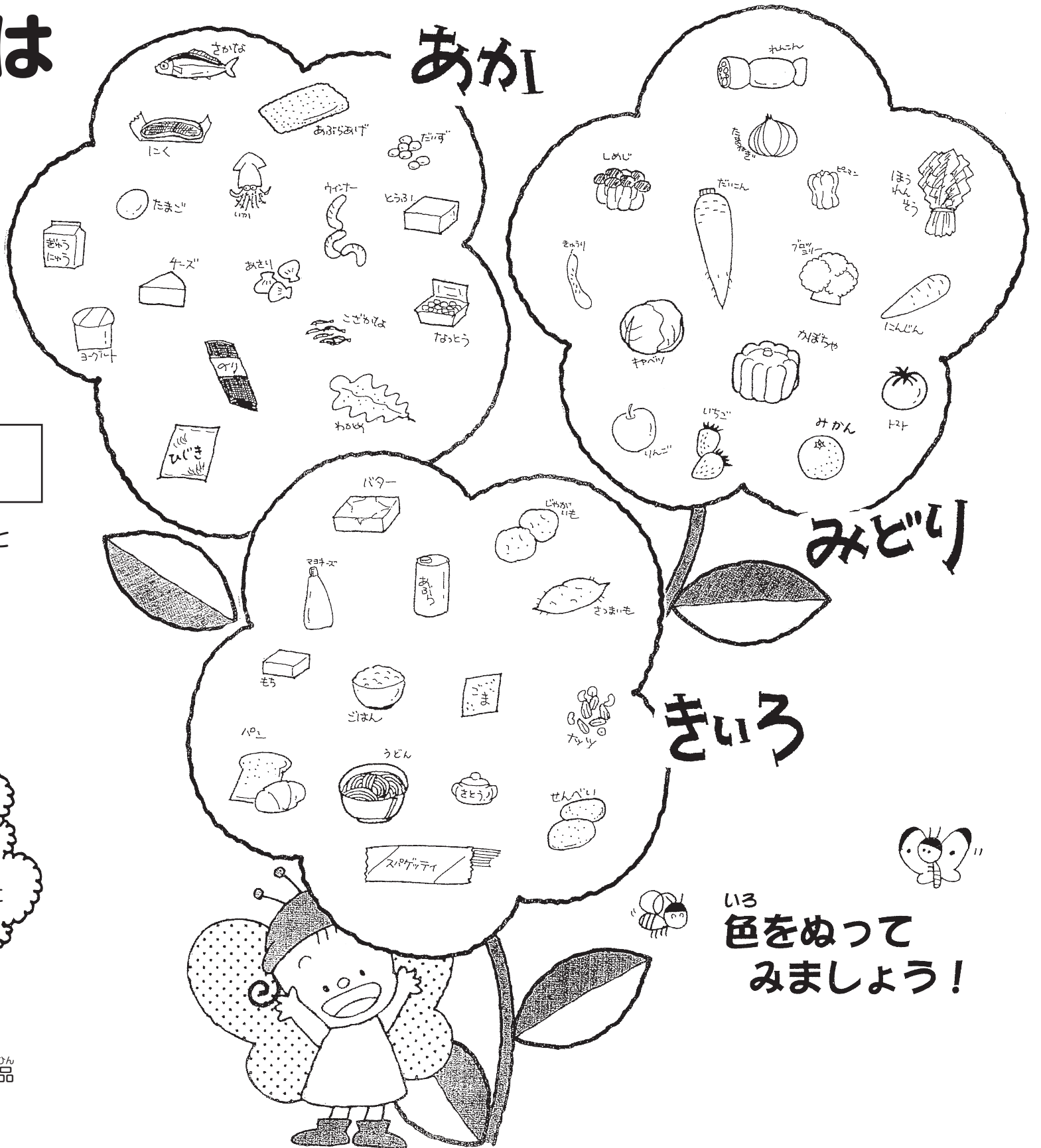


# なんでも たべるこは げんきいっぱい!

わたし たちは、毎日いろいろな食べ物を食べることによって、からだをつくったり、元気に活動したりすることができます。食べ物は、そのはたらきによって、あか・きいろ・みどりの三つのグループに分けられます。

## くあかんが た 組み合わせを考えて食べましょう

きゅうしょく こんだてひょう み ざいりょう さんしょく わ 給食の献立表を見てください。材料を三色に分けてみるとあか・きいろ・みどりがそろっています。



おもに たんぱく質・カルシウムを 多く含む食品

### あか

みんなのからだをつくれます。 血や筋肉、骨や歯になります。

### みどり

からだの調子をととのえます。

### きいろ

ねつ ちから 熱の力のもとになります。

おもに ビタミン・ミネラルを 多く含む食品

### 栄養の木

おもに 炭水化物・脂質を 多く含む食品

いろ 色をぬって みましょう!