



使い捨て手袋で配る日



スプーンがつく日

給食日数18日

月	火	水	木	金
お知らせ アレルギー対応食 (対象者:小学3年以上) 卵除去(鶏卵) 21日(木)、29日(金) 乳除去(乳・乳製品) 28日(木)	今月の関市産 米粉 孫六みそ トマト 豆腐 こまつな ゆず果汁 あゆ 今月の岐阜県産 米 小麦粉 牛乳 りよくとうもやし 大豆 冷凍豆腐 乾しいたけ まいたけ 大豆ペースト 厚揚げ 沢あざみ	関市食材をピックアップ 今月は「あゆ」 11日(月)関市あゆのからあげ 関市戸田の魚苗センターで、自然に近い環境で、半年をかけて大切に育てられた「あゆ」です。特製タレをかけていただきます。	日本味めぐり給食 ★山形県 14日(木) もうそう汁 もうそう汁は、孟宗竹のたけのこを使った郷土料理です。山形県鶴岡市は孟宗の産地で有名です。たけのこの収穫時期の4月～6月には祭りが開催され、掘りたてのたけのこで作った「もうそう汁」を振る舞います。	1 八十八夜の献立 韓国風肉じゃが お茶きなこ豆 麦ごはん ためき汁
4 みどりの日 初夏の季節を元気に過ごすために 食事の前の手洗いを水だけですませていませんか？水だけの手洗いでは、手に付いた汚れや食中毒菌を落とすことができません。石けんでいねいに洗い、終わったら清潔なハンカチでよく水をふき取りましょう。	5 こどもの日	関市食材をピックアップ 今月は「トマト」 8日(金)関市トマトのキーマカレー 関市たわらファームのハウスで育てられた、りんかという品種の「トマト」です。甘くて味の良いトマトを、贅沢にカレーに入れました。	7 こどもの日献立 高野豆腐の煮物 かつおのケチャップがらめ 麦ごはん 豚汁	8 関市食材の日 ブロッコリーのおかかあえ オムレツ 関市トマトのキーマカレー 麦ごはん
11 鶏飼開き献立 切干だいごんのピリ辛炒め 関市あゆのから揚げ あまだれかけ さつまいも入り 麦ごはん みそ汁	12 米粉レモンマフィン 鶏肉のスタミナ焼き 山菜 五目ごはん すまし汁	13 ソースやきそば いかメンチカツ コッペパン おひさまスープ	14 日本味めぐり給食 山形県 かぼちゃのそぼろ煮 さわらのぎょうしょう焼き 麦ごはん もうそう汁	15 ごぼうサラダ ポテトグラタン 麦ごはん ハヤシライス
18 はるさめサラダ 焼きギョウザ(2こ) 麦ごはん マーボー豆腐	19 ソフトめん かわはぎの天ぷら ミートソース 海藻サラダ	20 アスパラガスのサラダ ミルククリーム ポロニアステーキ ケチャップソース お茶コッペパン 豆乳スープ	卵除去食 21 五目きんぴら ふりかけ 菜の花コロッケ 麦ごはん かきたま汁	22 ひじきの煮物 大豆ハンバーグのしょうがだれ 新たまねぎのみそ汁 麦ごはん
25 キャベツの昆布あえ 鶏肉のから揚げ ゆずソース 麦ごはん 根菜汁	26 チャブチェ シュウマイ(2こ) 中華 麦ごはん コーンスープ	27 チキンビーンズ 卵不使用タルタルソース あじフライ 黒コッペパン ジュリエンヌ スープ	乳除去食 28 キャベツのレモン ドレッシングサラダ 明宝ソーセージ 麦ごはん カレーライス	卵除去食 29 友禅ごはんの具 めばるの西京みそ焼き 野菜入り 麦ごはん じんだ汁

食育クイズ

Q.見た目が、まるで恐竜の肌のようにゴツゴツしています。中にはあまくてクリーミーなきみどり色の部分があり、スムージーやサラダによく使われます。この食べ物は何でしょう。
 ☆ヒント☆ 体に良いはたらきをする油をたくさん含んでいることでも有名です。日本ではほとんど栽培されておらず、メキシコ産がほとんどです。



答えはうらを見てね！