



食品群	体内ではたつき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をどとのえる

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。※魚には小骨がある可能性があります。気をつけて食べましょう。

こ ん だ て	<p>各地に伝わる端午の節句のお菓子</p> <p>五月晴れの空に、鯉のぼりが元氣よく泳ぐ姿を目にする季節になりました。5月5日の「端午の節句」は、男の子の健やかな成長を願ってお祝いをする伝統行事です。端午の節句に食べる行事食といえば、「かしわもち」と「ちまき」が代表的ですが、ほかにも地域によってさまざまなお菓子が親しまれています。</p> <p>へこもち (北海道) へこもち (青森県) 朴葉巻き (長野県) 三角ちまき (新潟県)</p> <p>麦だんご (徳島県) 鯉菓子 (長崎県) 鯨ようかん (宮崎県) あくまき (鹿児島県)</p>	1(水)	2(木)	<p>あなたのからだは食べたものでできている</p>	
	あ か き	オムレツ コッパパン きなこあげパン(南中)	かしわもち たけのこごはん さばのうめみそやき	<p>アレルギー物質を含む食品の表示について</p> <p>料理別に食品を明記した献立表を準備しています。少し読みづらいですが必要な方は担任へ申し出てください。</p>	
	み ど り	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)
	こ ん だ て	チキンのケチャップに ごはん オニオンスープ	きんぴらごぼう ごはん まめまみそしる	カルフィッシュ とうふやさいハンバーグ スパゲティー わふうスパゲティー(具)	ミートボール こくとうパン クラムチャウダー こくとうあげパン(南星)
あ か き	ぎゅうにゅう、無塩せきウインナー、とりにく、だいず	ぎゅうにゅう、とうふ、あぶらあげ、とうにゅう、みそ、ぶたにく、かまぼこ	ぎゅうにゅう、とりにく、無塩せきベーコン、とうふ、いりこ	ぎゅうにゅう、だっしふんにゅう、きなこ、あさり、無塩せきベーコン、いんげんまめ、とりにく、ぶたにく、	
み ど り	こめ、じゃがいも、だいたず油、さんおんとう	こめ、だいたず油、ごま油、ごま、さんおんとう	こむぎこ、だいたず油、オリーブ油、マッシュポテト、さとう、でんぶん、こめこ、	こむぎこ、こくとう、さとう、さんおんとう、アーモンド、ごま、じゃがいも、マーガリン、ぼんこ、だいたず油、ラード、でんぶん	
こ ん だ て	13(月)	14(火)	15(水) 本土復帰記念日	16(木) 琉球料理の日	17(金)
あ か き	アセロラポンチ ごはん ビーンズカレー	ひらつくね ごはん すきやきふうじ	クーブイリチー ごはん アーサじる	ゴーヤーチャンプルー ごはん イナムドウチ	あつあげのみそいため ごはん もずくスープ
み ど り	ぎゅうにゅう、とりにく、ミックスビーンズ、だいたず、とりレバー、だっしふんにゅう、	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、とりにく	ぎゅうにゅう、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、アーサ、とうふ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、たまご、かまぼこ、みそ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいたず、あつあげ、みそ、もずく
こ ん だ て	19(日) 学校公開日	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)
あ か き	ぶたにくとはるさめいため ごはん わかめスープ	にくじゃが ごはん だいこんのみそしる	キャバツのメンチカツ うどん(めん) ほうとうふううどん(汁)	いかこぼんやき ごはん につけ	ハンバーグ(ラタトゥイユソース) コッパパン コンソメスープ
み ど り	ぎゅうにゅう、わかめ、こうやどうふ、ぶたにく	ぎゅうにゅう、ぶたにく、あぶらあげ、みそ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、あぶらあげ、みそ、とりにく、いか	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、こんぶ、ちくわ、いか	ぎゅうにゅう、だっしふんにゅう、ぶたにく、とりにく、無塩せきウインナー
こ ん だ て	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)
あ か き	ちゅうかどん(ぐ) ごはん にくだんごスープ	ヨーグルト ひじきごはん カツオカツ	とりにくとこんにやくの ごまみそいため ごはん あおないりゆしどうふ	きりぼしだいこんのカレーいため ごはん こまつなのみそしる	しゅうまい ごはん マーボーとうがん
み ど り	ぎゅうにゅう、ぶたにく、なると、とりにく	ぎゅうにゅう、とりにく、ひじき、ちくわ、あぶらあげ、ヨーグルト、かつお	ぎゅうにゅう、とりにく、みそ、ゆしどうふ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、かまぼこ、とうふ、あぶらあげ、みそ	ぎゅうにゅう、とうふ、ぶたにく、だいたず、ぶたレバー、みそ、とりにく、まぐろ
こ ん だ て	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)
あ か き	こめ、だいたず油、ごま油、さんおんとう、でんぶん、ぼんこ、さとう、はるさめ	こめ、むぎ、だいたず油、さとう、ぼんこ、こむぎこ、でんぶん	こめ、だいたず油、ごま油、ごま	こめ、だいたず油、さんおんとう	こめ、だいたず油、ごま油、でんぶん、さんおんとう、ぼんこ、さとう、こむぎこ、ラード
み ど り	にんじん、たまねぎ、きくらげ、たけのこ、ヤングコーン、きぬさや、しょうが、にんにく、しいたけ、こまつな	にんじん、えだまめ、ごぼう、しいたけ、こんにやく、たまねぎ、しょうが	ごぼう、にんじん、こんにやく、たまねぎ、ピーマン、こまつな	にんじん、かきりだいこん、こんにやく、きくらげ、しいたけ、こまつな、たまねぎ	とうがん、にんじん、たまねぎ、にら、しょうが、にんにく、グリーンピース