

2025年5月1日(木)

- ★抹茶きな粉揚げパン
- ★スクランブルエッグ
- ★ひじきと根菜のサラダ
- ★ビーフンスープ
- ★牛乳



八十八夜献立

八十八夜にちなんで、
抹茶を使った揚げパン
です🍷



2025年5月2日(金)

- ★ごはん
- ★こいのぼり揚げ
- ★しらす和え
- ★大根と小松菜のみそ汁
- ★柏もち
- ★牛乳



©東京ハイジ/南相木村

2025/05/02

端午の節句献立

2025年5月7日(水)

- ★発芽玄米ごはん
- ★鯔のねぎみそ焼き
- ★春雨のきんぴら
- ★わかたけ汁
- ★牛乳



2025年5月8日(木)

- ★コッペパン
- ★チリコンカン
- ★コールスロー
- ★ホットビシソワーズ
- ★河内晩柑
- ★牛乳





2025年5月9日(金)

- ★ごはん
- ★アスパラの肉巻き
- ★梅おかか和え
- ★にらたまみそ汁
- ★カリカリ小魚
- ★牛乳



2025年5月12日(月)

- ★ビビンバ
(お肉・ナムル・炒りたまご)
- ★トックスープ
- ★二色ゼリー
(みかん&ミルク)
- ★牛乳



2025/05/12

2025年5月13日(火)

- ★発芽玄米ごはん
- ★メバルの塩麴焼き
- ★白和え
- ★けんちん汁
- ★牛乳



2025年5月14日(水)

- ★ごはん
- ★豚肉のしょうが炒め
- ★ゆかり和え
- ★なめこと豆腐のみそ汁
- ★牛乳



2025年5月15日(木)

- ★ツナチーズトースト
- ★ナポリタンソテー
- ★春野菜のポトフ
- ★日向夏
- ★牛乳



2025/05/15

2025年5月16日(金)

- ★五目ちまき
- ★凍り豆腐のたまごとじ
- ★塩いかの酢の物
- ★かぶとほうれんそうのみそ汁
- ★牛乳



地域の食材や
郷土料理を味わう
ふるさと給食の日

昨年、6年生が栽培したもち米です。



もち米と具材を炒め、竹の皮にひとつずつ包んでいきました。包んだものを、オーブンで蒸してちまきを作りました。

みそ汁には、村で収穫されたほうれんそうを使いました。



2025年5月19日(月)

- ★ごはん
- ★油揚げの肉詰焼き
- ★たくあん和え
- ★雷汁
- ★牛乳



2025年5月20日(火)

- ★発芽玄米ごはん
- ★回鍋肉
- ★のり塩大豆
- ★ワンタンスープ
- ★牛乳



2025/05/20

2025年5月21日(水)

- ★ごはん
- ★かつおの竜田揚げ
- ★レモン和え
- ★利休汁
- ★牛乳



2025年5月22日(木)

- ★ミートソーススパゲッティー
- ★ポテトサラダ
- ★メロン
- ★牛乳



2025年5月23日(金)

- ★ごはん
- ★たまご焼き
- ★ゆずみそ和え
- ★いもだんご汁
- ★カリカリ小魚
- ★牛乳



2025年5月26日(月)

- ★ごはん
- ★さばのみそ煮
- ★切り干し大根の炒め煮
- ★かきたま汁
- ★牛乳



2025年5月27日(火)

- ★発芽玄米ごはん
- ★肉じゃが
- ★塩昆布和え
- ★白玉フルーツポンチ
- ★牛乳

週末は運動会!!
フルーツポンチには、
紅白の白玉をいれました😊

2025/05/27

2025年5月28日(水)

★ごはん

★厚揚げの野菜あんかけ

★甘酢漬け

★わかめとじゃがいものみそ汁

★牛乳

2025/05/28

2025年5月29日(木)

- ★丸パン
- ★おからハンバーグ
- ★コーンポテト
- ★ABCスープ
- ★牛乳



5月30日は、「ごみゼロ
の日」、捨てられてしまう
ことの多いおからを使っ
たハンバーグです😊



2025年5月30日(金)

- ★ごはん
- ★きちんと勝
(チキンカツ)
- ★がんばるぞーサラダ
(ガルバンゾーサラダ)
- ★紅白応援スープ
- ★牛乳



©東京ハイジ/南相木村

運動会応援献立

翌日の運動会を応援する献立です。🍷 サラダには、“ガルバンゾー”とよばれるひよこ豆を使いました。🍴