



新学期が始まり、1ヶ月がたちました。5月はゴールデンウィークもあり、休み明けには疲れが出やすくなります。早寝・早起き・朝ごはんのリズムを整え、元気よく学校生活を送りましょう。

## 食事のマナーを守っていますか？



できているものに○をつけよう。



正しい姿勢で食べている



好き嫌いせず食べている



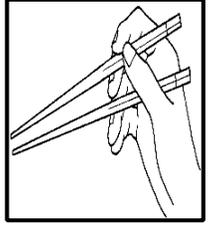
きちんと挨拶ができています



よくかんで食べている



食事中に立ち歩かない



はし、茶わんを正しく持っている

## 毎月19日は「食育の日」

### 給食で日本各地を味めぐり



### 千葉県

【梨ゼリー】  
日本なしは、千葉県が収穫量全国1位です。梨の妖精のキャラクターでも有名ですね。



【菜の花の磯和え】  
千葉県は菜の花の収穫量が全国トップです。また良質なのりの産地でもあります。

【あじのさんが焼き】  
房総半島近海では、海の幸が豊富です。アジやイワシをたいて、味噌で和えたものを『なめろう』といいます。さんが焼きは、なめろうを焼いた千葉県の郷土料理です。

【呉汁】  
呉とは大豆をすりつぶしたもののことです。千葉県で親しまれている郷土料理です。

## 5月分給食献立もりつけ表

小松市教育委員会  
(小松市学校給食会)

Bブロック 中学校				
月	火	水	木	金
1日 ちまき MILK 五目ちらし寿司 牛肉とごぼうの炒め煮 若竹汁	2日 写生大会 MILK ごはん クラムチャウダー	3日 憲法記念日 MILK ごはん 小松うどん(いなり)	4日 みどりの日 MILK セルフサンド カレースープ煮 ツナ卵	5日 MILK ごはん もすくのかきたま汁
8日 ニラ炒め 野菜わかめふりかけ MILK ごはん 大根と里芋のそぼろ煮	9日 MILK ミルクロール クラムチャウダー	10日 梅肉和え MILK ごはん カブッキーのかまぼこ1枚のせる 肉団子の甘辛煮4個 小松うどん(いなり)	11日 ばんかん MILK セルフサンド カレースープ煮 ツナ卵	12日 ごま和え MILK ごはん さばの味噌煮 もすくのかきたま汁
15日 ひじきナムル MILK ごはん 芽芽玄米 麻婆豆腐	16日 焼きそば(パン皿) MILK ミルクロール おかず皿 フロッキーのカニあんかけ	17日 炒めなます MILK ごはん あさり佃煮 ししゃもの天ぷら 2匹 江戸っ子煮	18日 食育の日献立「千葉県メニュー」 MILK ごはん 菜の花の磯和え 梨ゼリー あじのさんが焼き 呉汁	19日 遠足・修学旅行 MILK ごはん わかめご飯 卵とじ
22日 ごぼうサラダ MILK ごはん 米粉バターパン かぼちゃチーズフライ コンソメスープ	23日 ココアワッフル MILK ごはん 厚揚げのチリソース炒め 味噌汁	24日 MILK ごはん チーズクッパ フロッキーサラダ ビーフシチュー	25日 トマト MILK ごはん ホワイトミニ ホィコーロー 春雨スープ	26日 MILK ごはん 大豆と小魚のごまからめ わかめご飯 卵とじ
29日 MILK ごはん ドライカレー アスパラサラダ	30日 MILK ごはん きゅうりのごぼ和え 出し巻き卵 肉じゃが	31日 MILK ごはん 粉ふきいも ミルクロール タラフライ 大根のスープ煮	今月の目標 <h1>1日3食きちんと食べよう</h1>	

