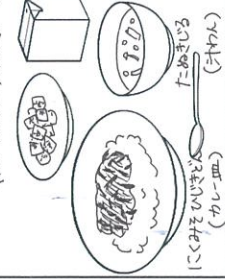
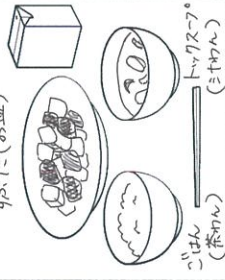
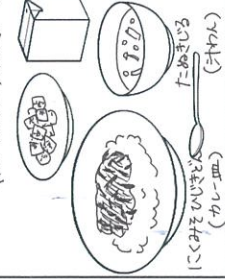
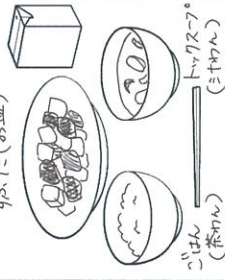
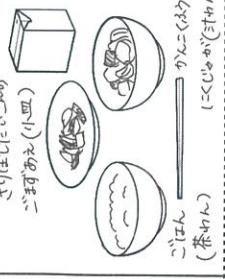
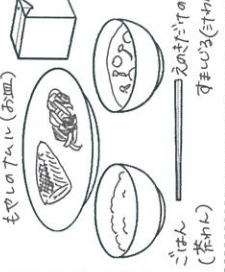
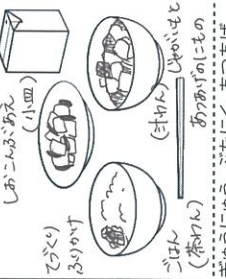
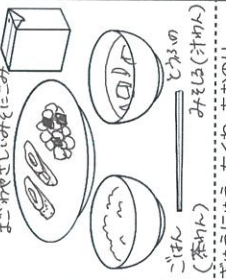
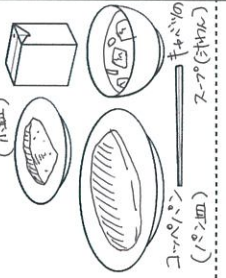
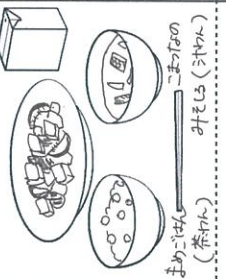
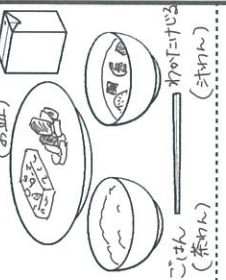
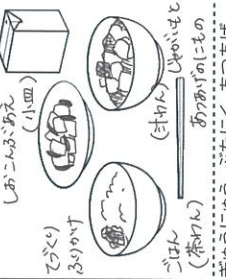
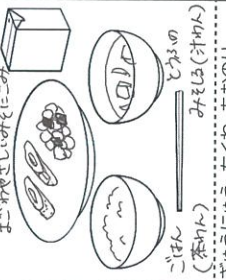
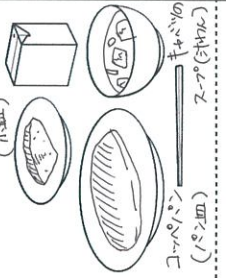
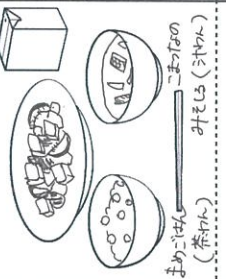
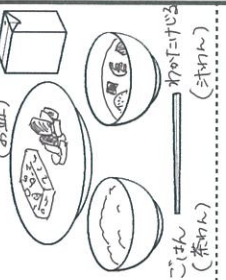
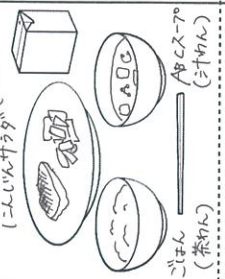
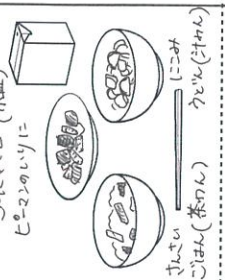
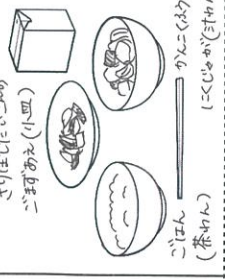
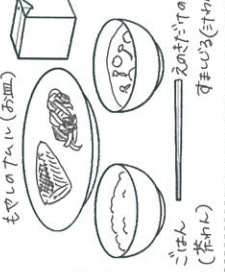


1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)
<p>はいぜん</p> <p>キバツのちからあえ (小皿)</p>  <p>にこみそひききね (カレー皿) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、とりひきにく、ひじき ちゅうみそ、あがらあげ</p> <p>にんじん、たまねぎ、しょうが さんどまめ、キャベツ、えのきだけ あおねぎ、こんにやく</p> <p>ごはん、サラダあがら、さとう かたくりこ</p>	<p>はいぜん</p> <p>チキンのさばあがら (お皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、ぶたにく</p> <p>しょうが、にんじん、たまねぎ たけのこみそ、ピーマン ほししいたけ、チンゲンサイ</p> <p>ごはん、かたくりこ、サラダあがら さとう、トツク、ごまあがら</p>	<p>みどりの日</p> <p>けんぽうきねんび 憲法記念日</p>	<p>みどりの日</p>	<p>こどもの日</p>
<p>1 (月)</p> <p>キバツのちからあえ (小皿)</p>  <p>にこみそひききね (カレー皿) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、とりひきにく、ひじき ちゅうみそ、あがらあげ</p> <p>にんじん、たまねぎ、しょうが さんどまめ、キャベツ、えのきだけ あおねぎ、こんにやく</p> <p>ごはん、サラダあがら、さとう かたくりこ</p> <p>ひじき、豚かやカルシウムなどの 栄養素がたくさん含まれた栄養満点 の食材です。鶏ひき肉と一緒に炒 め、みそなどで味付けしているの で、ごはんがすすむ美味さです。</p>	<p>2 (火)</p> <p>チキンのさばあがら (お皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、ぶたにく</p> <p>しょうが、にんじん、たまねぎ たけのこみそ、ピーマン ほししいたけ、チンゲンサイ</p> <p>ごはん、かたくりこ、サラダあがら さとう、トツク、ごまあがら</p> <p>「トツク」とは、韓国のもちのことで す。日本のもちはもち米から作られ ているのでよくのびますが、韓国の トツクはうるち米から作られていて、 のびないのが特徴です。</p>	<p>3 (水)</p> <p>けんぽうきねんび 憲法記念日</p>	<p>みどりの日</p>	<p>こどもの日</p>
<p>2 (火)</p> <p>コンニャクと ヒラタケのり ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、あがらあげ、とりにく かまぼこ、ちくわ</p> <p>さんさいみぎに、にんじん、ごぼう あおねぎ、こんにやく、ピーマン</p> <p>ごはん、さとう、うどん サラダあがら</p>	<p>3 (水)</p> <p>ハムカツのた バターの生 ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、ハム、ベーコン</p> <p>キャベツ、チンゲンサイ、たまねぎ にんじん、ホールコーン</p> <p>バターうずまきパン、サラダあがら ごまごこ、パンこ、さとう、ごまこ</p> <p>「ハムカツ」は、その名の通りハムに 衣をつけて揚げたカツです。調理員 さんが一枚一枚手作りで作ってしま した。パンにハムカツとキャベツ、 ソースをささんでいただきましたよう です。</p>	<p>4 (木)</p> <p>きりぼし ごりあえ (お皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、ぶたにく</p> <p>たまねぎ、にんじん、しめじ、ニラ こんにやく、きりぼし、だいこん にんにく、久留米のとうもろこし</p> <p>ごはん、じゃがいも、サラダあがら さとう、ごま</p> <p>明治時代、海軍の真鍮平八郎がイ ギリスで食べたビーフシチューが感 れられずに作らせたものが、同じや かの始まりと言われています。今回 は、コチュジャンを使って韓国風に仕 上げました。</p>	<p>5 (金)</p> <p>さばのめし ましのアムル (お皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、さば、あかみそ ちゅうみそ、ふ</p> <p>しょうが、ごまつな、もやし えのきだけ、たまねぎ、あおねぎ</p> <p>ごはん、さとう、ごま、ごまあがら</p> <p>みそは、しょうゆとならんで日本を 代表する調味料です。みそは今から 約1300年前の奈良時代の頃から 作られ、その頃は「みしよう」と呼ば れていたそうです。</p>	
<p>8 (月)</p> <p>キバツのちからあえ (小皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、あつあげ ツナ、しおこんが、かつおがし</p> <p>たまねぎ、にんじん、さんどまめ こんにやく、キャベツ、ぎゅうり</p> <p>ごはん、じゃがいも、サラダあがら さとう、ごまあがら、ごま</p> <p>今日は、給食で手作りしたふり かけが登場です。かつお節のうま味 とごまの香ばしさが美味しい献立で す。ごはんにのせて、味わって食べま しょう。</p>	<p>9 (火)</p> <p>チキンのさばあがら (お皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、ちくわ、あおのり とりのみそ、さとう、とうが</p> <p>にんじん、ほししいたけ、こんにやく 久留米のたまねぎ、あおねぎ</p> <p>ごはん、ごまごこ、サラダあがら さとう、ごま、さとう</p> <p>「まごわやさいみそ煮込み」は、 食材の調味料として名付けられた 献立です。全部で8種類の食材を 使っています。探してみてください。</p>	<p>10 (水)</p> <p>しおこやまの コップパン (小皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、しろみざかな ベーコン</p> <p>にんにく、パセリ、パズル、キャベツ たまねぎ、にんじん</p> <p>コップパン、オリーブオイル じゃがいも</p>	<p>11 (木)</p> <p>コやどりの まおこやま (お皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、こうやどうが とり、あがらあげ、ちゅうみそ</p> <p>グリーンピース、にんじん、たまねぎ ほししいたけ、さんどまめ、ごまつな</p> <p>ごはん、サラダあがら、さとうも さとう、かたくりこ</p> <p>季節を感じる「ごはん」登場で す！今回は、児童のみさんにも豆 むぎを協力してもらいます。さやか ら丁寧に豆を取り出し、ごはんと一 緒に美味しくいただきます。</p>	<p>12 (金)</p> <p>ちくせやま ごはん (お皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、とりひきにく、たまご かつおがし、カットわかめ</p> <p>にんじん、ほししいたけ、たまねぎ チンゲンサイ、しめじ たけのこみそ</p> <p>ごはん、さとう</p> <p>「若竹汁」は、わかめとたけのこの すまし汁です。暑から夏の初めに旬 を迎えるだけのことわかめは「出会 い物」と言われています。季節を感じ ていただきますよう。</p>
<p>8 (月)</p> <p>キバツのちからあえ (小皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、あつあげ ツナ、しおこんが、かつおがし</p> <p>たまねぎ、にんじん、さんどまめ こんにやく、キャベツ、ぎゅうり</p> <p>ごはん、じゃがいも、サラダあがら さとう、ごまあがら、ごま</p> <p>今日は、給食で手作りしたふり かけが登場です。かつお節のうま味 とごまの香ばしさが美味しい献立で す。ごはんにのせて、味わって食べま しょう。</p>	<p>9 (火)</p> <p>チキンのさばあがら (お皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、ちくわ、あおのり とりのみそ、さとう、とうが</p> <p>にんじん、ほししいたけ、こんにやく 久留米のたまねぎ、あおねぎ</p> <p>ごはん、ごまごこ、サラダあがら さとう、ごま、さとう</p> <p>「まごわやさいみそ煮込み」は、 食材の調味料として名付けられた 献立です。全部で8種類の食材を 使っています。探してみてください。</p>	<p>10 (水)</p> <p>しおこやまの コップパン (小皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、しろみざかな ベーコン</p> <p>にんにく、パセリ、パズル、キャベツ たまねぎ、にんじん</p> <p>コップパン、オリーブオイル じゃがいも</p>	<p>11 (木)</p> <p>コやどりの まおこやま (お皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、こうやどうが とり、あがらあげ、ちゅうみそ</p> <p>グリーンピース、にんじん、たまねぎ ほししいたけ、さんどまめ、ごまつな</p> <p>ごはん、サラダあがら、さとうも さとう、かたくりこ</p> <p>季節を感じる「ごはん」登場で す！今回は、児童のみさんにも豆 むぎを協力してもらいます。さやか ら丁寧に豆を取り出し、ごはんと一 緒に美味しくいただきます。</p>	<p>12 (金)</p> <p>ちくせやま ごはん (お皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、とりひきにく、たまご かつおがし、カットわかめ</p> <p>にんじん、ほししいたけ、たまねぎ チンゲンサイ、しめじ たけのこみそ</p> <p>ごはん、さとう</p> <p>「若竹汁」は、わかめとたけのこの すまし汁です。暑から夏の初めに旬 を迎えるだけのことわかめは「出会 い物」と言われています。季節を感じ ていただきますよう。</p>
<p>15 (月)</p> <p>クンドリーチキン ごはん (お皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、とり、ヨーグルト ベーコン</p> <p>たまねぎ、にんじん、もやし キャベツ</p> <p>ごはん、さとう、サラダあがら ABCマカロニ、オリーブオイル</p> <p>「ABCスープ」は、アルファベットの マカロニが入った野菜スープです。 アルファベットの他に数字もあるの で、探してみてください。</p>	<p>16 (火)</p> <p>こんにやくと ヒラタケのり ごはん (小皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、あがらあげ、とりにく かまぼこ、ちくわ</p> <p>さんさいみぎに、にんじん、ごぼう あおねぎ、こんにやく、ピーマン</p> <p>ごはん、さとう、うどん サラダあがら</p> <p>ワラビやタラの芽、ふきのとうな ど、野山菜に生えている食べられる植 物のことを「山菜」といいます。山菜 は、なんと5000年以上前の縄文時 代から食べられていたそうです。</p>	<p>17 (水)</p> <p>ハムカツのた バターの生 ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、ハム、ベーコン</p> <p>キャベツ、チンゲンサイ、たまねぎ にんじん、ホールコーン</p> <p>バターうずまきパン、サラダあがら ごまごこ、パンこ、さとう、ごまこ</p> <p>「ハムカツ」は、その名の通りハムに 衣をつけて揚げたカツです。調理員 さんが一枚一枚手作りで作ってしま した。パンにハムカツとキャベツ、 ソースをささんでいただきましたよう です。</p>	<p>18 (木)</p> <p>きりぼし ごりあえ (お皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、ぶたにく</p> <p>たまねぎ、にんじん、しめじ、ニラ こんにやく、きりぼし、だいこん にんにく、久留米のとうもろこし</p> <p>ごはん、じゃがいも、サラダあがら さとう、ごま</p> <p>明治時代、海軍の真鍮平八郎がイ ギリスで食べたビーフシチューが感 れられずに作らせたものが、同じや かの始まりと言われています。今回 は、コチュジャンを使って韓国風に仕 上げました。</p>	<p>19 (金)</p> <p>さばのめし ましのアムル (お皿)</p>  <p>ごはん (茶碗) トルクスーフ (シヤル)</p> <p>ぎゅうにゅう、さば、あかみそ ちゅうみそ、ふ</p> <p>しょうが、ごまつな、もやし えのきだけ、たまねぎ、あおねぎ</p> <p>ごはん、さとう、ごま、ごまあがら</p> <p>みそは、しょうゆとならんで日本を 代表する調味料です。みそは今から 約1300年前の奈良時代の頃から 作られ、その頃は「みしよう」と呼ば れていたそうです。</p>

きゅうしよく
カレンダー
5月 No.1

きゅうしよく カレンダー 5月 No.2

とろばんのひくそう



せいかつにつかいます
くちとはながでないようにつけまじょう

ほろい
せつけんをつかってあらいます
ハンカチ
せいけつばものをつかいます
かみのけがでよいようにかぶりまじょう
て
つめはみじかくさります

22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)
<p>はいぜん</p> <p>キョウリウのひんぐわい (お皿)</p> <p>ちやうたつ (お皿)</p> <p>ごちんぽん (お皿)</p> <p>ごちんぽん スープ (お皿)</p> <p>ぎゅうにゅう、やきがた、とりひきに、ちゅうみそ</p> <p>ほしいたげ、にんじん、えだまめ、ぎゅうり、たまねぎ、ニラ</p> <p>ごはん、さとう、ごまあがら、ごまねりごま</p> <p>クイズ①</p> <p>きゅうりの原産国(生まれた国)はどこでしょう?</p> <p>① 中国 ② インド ③ 日本</p>	<p>さいののさいのさいの (お皿)</p> <p>さりのさいのさいの (お皿)</p> <p>ごはん (お皿)</p> <p>ちりしん (お皿)</p> <p>ごはん (お皿)</p> <p>ぎゅうにゅう、さわら、しろみそがたにく</p> <p>にんじん、ほうれんそう、えのきだけ、ただのこみずに、あおねぎ</p> <p>ごはん、さとう</p> <p>クイズ②</p> <p>今日の給食に登場した「さわら」は、漢字で書くと魚人にとんな漢字を書きましょう?</p> <p>① 鱈 ② 鱈 ③ 鱈</p>	<p>キョウリウのひんぐわい (お皿)</p> <p>ごちんぽん (お皿)</p> <p>ちりしん (お皿)</p> <p>ごちんぽん (お皿)</p> <p>ぎゅうにゅう、ぎゅうひきに、ぶたひきに、だいす</p> <p>にんじん、たまねぎ、にんにく、マッシュルームみずに</p> <p>久野山町のキャベツ、ホールコーン</p> <p>こがたパン、サラダあがら、オリーブオイル、さとう</p> <p>クイズ③</p> <p>キャベツに含まれているビタミンは、なんという名前でしょう?</p> <p>① キャベリン ② キャベリン ③ キャベジン</p>	<p>キョウリウのひんぐわい (お皿)</p> <p>ごちんぽん (お皿)</p> <p>ちりしん (お皿)</p> <p>ごちんぽん (お皿)</p> <p>ぎゅうにゅう、ぶたひきに、もずく、とりひきに、カットわかめ、とうふ</p> <p>ごぼう、たまねぎ、しょうが、にんじん、えのきだけ、あおねぎ</p> <p>ごはん、かたくくり、パンこ、さとう、ごまあがら、ごま</p> <p>クイズ④</p> <p>ごぼうは、平安時代に中国から伝わったと言われていますが、何に使われるものとして伝わったでしょう?</p> <p>① お盆 ② 武器 ③ 薬</p>	<p>キョウリウのひんぐわい (お皿)</p> <p>ごちんぽん (お皿)</p> <p>ちりしん (お皿)</p> <p>ごちんぽん (お皿)</p> <p>ぎゅうにゅう、とりにく、ぎゅうひきに、ごまごんが</p> <p>たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが、キャベツ、ぎゅうり</p> <p>ごはん、じゃがいも、サラダあがら、さとう、ごまあがら</p> <p>クイズ⑤</p> <p>昆布がよくとれる都道府県はどこでしょう?</p> <p>① 北海道 ② 京都府 ③ 沖縄県</p>
<p>はいぜん</p> <p>ピビンバ (お皿)</p> <p>ぎゅうにゅう、ぎゅうひにく、あかみそ、ちゅうみそ、カットわかめ、とうふ</p> <p>だいすもやし、ごぼう、にんじん、れんこん、さんどまめ、しょうが、にんにく、たまねぎ</p> <p>ごはん、サラダあがら、さとう、ごま、ごまあがら</p> <p>クイズ①</p> <p>ピビンバは韓国料理の一つで、「ピビンバ」とは韓国語で「混ぜる」という意味があります。ごはんと具材をよく混ぜていただきます。</p>	<p>アジのこまやき (お皿)</p> <p>さりのこまやき (お皿)</p> <p>ごはん (お皿)</p> <p>かまぼこ (お皿)</p> <p>ぎゅうにゅう、アジ、あがらあげ、ちゅうみそ</p> <p>しょうが、きりぼしだいこん、さんどまめ、にんじん</p> <p>久野山町のたまねぎ、あおねぎ</p> <p>ごはん、ごま、サラダあがら、さとう</p> <p>クイズ②</p> <p>今日の給食に登場した鮭は、「アジ」といい、味がよいためこの名前がついたと言われています。ごまの香ばしい風味が美味しい献立です。味わってください。</p>	<p>アジのこまやき (お皿)</p> <p>さりのこまやき (お皿)</p> <p>ごはん (お皿)</p> <p>かまぼこ (お皿)</p> <p>ぎゅうにゅう、ぎゅうひきに、ごまごんが</p> <p>たまねぎ、にんじん、にんにく、キャベツ、ぎゅうり</p> <p>こがたパン、ペンネ、サラダあがら、さとう</p> <p>クイズ③</p> <p>パスタは世界に約600種類あると言われていますが、ペンネはパスタの一種です。表面に細かい溝が入っているため、ソース絡んで美味しく食べられます。</p>	<p>アジのこまやき (お皿)</p> <p>さりのこまやき (お皿)</p> <p>ごはん (お皿)</p> <p>かまぼこ (お皿)</p> <p>ぎゅうにゅう、アジ、あがらあげ、ちゅうみそ</p> <p>しょうが、きりぼしだいこん、さんどまめ、にんじん</p> <p>久野山町のたまねぎ、あおねぎ</p> <p>ごはん、ごま、サラダあがら、さとう</p> <p>クイズ④</p> <p>今日の給食に登場した鮭は、「アジ」といい、味がよいためこの名前がついたと言われています。ごまの香ばしい風味が美味しい献立です。味わってください。</p>	<p>アジのこまやき (お皿)</p> <p>さりのこまやき (お皿)</p> <p>ごはん (お皿)</p> <p>かまぼこ (お皿)</p> <p>ぎゅうにゅう、アジ、あがらあげ、ちゅうみそ</p> <p>しょうが、きりぼしだいこん、さんどまめ、にんじん</p> <p>久野山町のたまねぎ、あおねぎ</p> <p>ごはん、ごま、サラダあがら、さとう</p> <p>クイズ⑤</p> <p>パスタは世界に約600種類あると言われていますが、ペンネはパスタの一種です。表面に細かい溝が入っているため、ソース絡んで美味しく食べられます。</p>

クイズのこたえ

- クイズ①**
こたえ: ② インド ... 今から3000年ほど前から栽培され、日本に伝わったのは江戸時代と言われています。
- クイズ②**
こたえ: ① 鱈 ... 魚人に「鱈」と書いて「さわら」と読めます。
- クイズ③**
こたえ: ③ キャベジン ... キャベツに含まれるビタミンを「キャベジン」といい、別名「ビタミンU」といいます。
- クイズ④**
こたえ: ③ 薬 ... ごぼうは薬として使われていたほど、薬の効力を整える栄養素がたくさん含まれています。
- クイズ⑤**
こたえ: ① 北海道 ... 日本で生産される昆布のほとんどが、北海道産です。北海道の地名がついた利尻昆布、羅臼昆布、白高昆布などが有名です。