

6月27日(月)

~ 7月3日(日)

提出日

6月10日(金)

1時間目の休み時間まで

		Aメニュー	Bメニュー	
27 (月)		第一回定期テスト		A B 弁当
		勉強してきた成果が出し切れますように！		
28 (火)		●発芽玄米ごはん ▲豚肉の三味焼き ■カレーポテト ◆小松菜のピーナツ和え ▼味噌汁 ○牛乳 【エネルギー 775kcal】 【蛋白質 33.2g】 【脂質 22.8g】 【食塩相当量 3.0g】		A B 弁当
	1年生 2年生 3年生	●米 発芽玄米 ごま ▲豚肉 酒 三温糖 みりん しょうゆ ながねぎ とうがらし ごま ■じゃがいも 塩 カレー粉 ◆こまつな キャベツ にんじん しょうゆ みりん ピーナツ ▼生揚げ ながねぎ わかめ こまつな 白みそ 赤みそ かつお・さばぶし ○牛乳		
29 (水)		●ジャージャー麺 ▲海藻とじゃこのサラダ ■ワンタンスープ ◆米粉のりんごケーキ ▼牛乳 【エネルギー 773kcal】 【蛋白質 32.6g】 【脂質 25.5g】 【食塩相当量 2.9g】		A B 弁当
	1年生 2年生 3年生	●中華めん 豚肉 たまねぎ 干しいたけ ながねぎ おろししょうが おろしにんにく 豆板醤 サラダ油 豆みそ 赤みそ 甜麺醤 酒 みりん 三温糖 しょうゆ 豚鶏スープ でんぶん ごま油 きゅうり にんじん ▲海藻ミックス ちりめんじゃこ キャベツ きゅうり にんじん 酢 サラダ油 三温糖 塩 こしょう しょうゆ ■豚肉 なたと にんじん もやし ながねぎ ワンタンの皮 味付けメンマ こまつな しょうが しょうゆ 酒 塩 こしょう 豚鶏スープ ごま油 ◆米粉 ベーキングパウダー 卵 バター 砂糖 牛乳 りんご レモン果汁 アーモンド ▼牛乳		
30 (木)		●ごはん ▲八宝菜 ■焼きししゃも ◆卵とわかめのスープ ▼パイナップル ○牛乳 【エネルギー 777kcal】 【蛋白質 38.4g】 【脂質 20.2g】 【食塩相当量 2.6g】		A B 弁当
	1年生 2年生 3年生	●米 麦 ▲豚肉 いか えび なたと 味付けメンマ うずら卵 ヤングコーン 干しいたけ きくらげ キャベツ ながねぎ にんじん ごま油 しょうゆ 砂糖 塩 こしょう でんぶん 豚鶏スープ しょうが ■ししゃも ◆わかめ はくさい にんじん ちくわ ひじき えのきたけ 豆腐 あさり ながねぎ 卵 しょうゆ 酒 塩 こしょう 豚鶏スープ ごま でんぶん ▼パン ○牛乳		
1 (金)		●シナモントースト ▲ポークビーンズ ■ひじきとツナのサラダ ◆えのきと長ねぎの生姜スープ ▼牛乳 【エネルギー 769kcal】 【蛋白質 35.8g】 【脂質 31.7g】 【食塩相当量 2.6g】		A B 弁当
	1年生 2年生 3年生	●食パン バター グラニュー糖 シナモン ▲大豆 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ベーコン セロリー えだまめ サラダ油 ケチャップ トマト 三温糖 薄口しょうゆ 塩 チリパウダー 豚鶏スープ ■ひじき ツナフレーク コーン キャベツ きゅうり しょうゆ 酢 サラダ油 ごま油 砂糖 塩 ごま ◆えのきたけ ながねぎ しょうが ごま油 こしょう 薄口しょうゆ 塩 豚鶏スープ ごま ▼牛乳		



7月4日(月)

~ 7月10日(日)

		Aメニュー	Bメニュー	
4 (月)		●えだまめごはん ▲じゃがいものそぼろ煮 ■なめこ汁 ◆冷凍黄桃 ▼牛乳 【エネルギー 788kcal】 【蛋白質 28.5g】 【脂質 14.0g】 【食塩相当量 1.9g】		A B 弁当
	1年生 2年生 3年生	●米 麦 こんぶ えだまめ ごま ▲じゃがいも 豚肉 しょうが たまねぎ にんじん こんにやく ちくわぶ しょうゆ 三温糖 みりん 酒 でんぶん かつお・さばぶし さやいんげん ■なめこ 豆腐 ながねぎ こまつな わかめ 大豆 赤みそ 白みそ かつお・さばぶし ◆もも ▼牛乳		
5 (火)		●ごはん ▲チキンカツ ■海藻とじゃこのサラダ ◆中華コーンスープ ▼牛乳 【エネルギー 752kcal】 【蛋白質 30.6g】 【脂質 22.7g】 【食塩相当量 2.5g】	<p>◎1 織姫と彦星が年に一度しか会えないのは、神様が怒って、2人に罰を与えたからと言われています。一体2人は何をしてしまったのでしょうか？ A: 神社にいたずらをした B: 天の川で泳いでいた C: 仕事をさぼっていた</p> <p>◎2 セタについて正しいのはどれでしょう。 A: 手をパンパン叩いてからお願いをする B: 願い事は鉛筆で書いてはいけない C: 1人で何枚お願い事を書いてもいい</p> <p>◎3 そもそも「たなばた」とはなんぞや!? A: 機織り機 B: 洗濯機 C: 耕運機</p>	A B 弁当
	1年生 2年生 3年生	●米 麦 ▲とり肉 塩 こしょう 小麦粉 卵 パン粉 油 中濃ソース ■海藻ミックス ちりめんじゃこ キャベツ きゅうり にんじん 酢 サラダ油 三温糖 塩 こしょう しょうゆ ◆豆腐 はくさい にんじん クリームコーン しょうが こしょう 薄口しょうゆ 塩 豚鶏スープ でんぶん 卵 こまつな わかめ ごま油 ▼牛乳		
6 (水)		●ぶどうパン ▲生揚げのカレー煮込み ■チップサラダ ◆野菜スープ ▼りんごゼリー ○牛乳 【エネルギー 806kcal】 【蛋白質 32.5g】 【脂質 29.0g】 【食塩相当量 3.3g】		A B 弁当
	1年生 2年生 3年生	●ぶどうパン ▲生揚げ とり肉 たまねぎ にんじん じゃがいも カレールー カレー粉 しょうゆ 三温糖 酒 みりん 塩 かつお・さばぶし さやいんげん ■ポテトチップス きゅうり たまねぎ にんじん キャベツ ひじき えだまめ サラダ油 酢 砂糖 塩 こしょう ◆キャベツ たまねぎ にんじん こまつな ベーコン こしょう 薄口しょうゆ 塩 豚鶏スープ ▼りんごゼリー ○牛乳		
7 (木)		●冷やし中華 ▲ごぼうサラダ ■チョコチップ入り蒸しパン ◆牛乳 【エネルギー 885kcal】 【蛋白質 32.5g】 【脂質 29.3g】 【食塩相当量 3.4g】		A B 弁当
	1年生 2年生 3年生	●中華めん ハム 卵焼き かにかまぼこ きゅうり わかめ しょうゆ 酢 三温糖 豚鶏スープ ごま油 ▲ごぼう コーン キャベツ きゅうり にんじん ひじき しょうゆ 酢 サラダ油 砂糖 ごま油 ごま ■むしパンミックス ベーキングパウダー チョコレート 砂糖 豆乳 牛乳 生クリーム 卵 ◆牛乳		
8 (金)		●ごまごはん ▲さんまのおろし煮 ■青菜ときこのごま酢和え ◆キャベツと小松菜の味噌汁 ▼牛乳 【エネルギー 792kcal】 【蛋白質 27.8g】 【脂質 29.0g】 【食塩相当量 2.8g】		A B 弁当
	1年生 2年生 3年生	●米 ごま ごま 五穀米 ▲さんま 酒 しょうが でんぶん 油 しょうゆ 三温糖 みりん だいこん かつお・さばぶし なめこ 万能ねぎ ■こまつな キャベツ えのきたけ だいずもやし ひじき 酢 ごま油 しょうゆ 三温糖 塩 ごま ◆キャベツ 油揚げ ふ こまつな 赤みそ 白みそ かつおぶし ▼牛乳		

食材料の都合により変更になることがあります。

学校給食摂取基準:エネルギー 830kcal、たんぱく質※27~41.5g、脂質※ 18.4~27.7g、食塩相当量2.5g未満 ※たんぱく質:学校給食による摂取エネルギー比13~20%、脂質:学校給食による摂取エネルギー比20~30%

Q1: C 仕事をさぼっていた 織姫は着物を作ること。彦星は牛の世話をすること。恋をする中で仲良くなるうちに仕事をサボって遊んでしまうようになってしまったそうです。楽しく遊ぶことはいいことですが、やることはやらなきゃですね。生きる教訓になる話ですね。
 Q2: C 1人で何枚お願い事を書いてもいい これは、願いが叶うと思う人はたくさん書くべきですね。気持ちの問題ってやつですね(笑)
 Q3: A 機織り機 もともと「セタ」を「しちせき」と読んでいたそうです。「たなばた」と読むようになったのは、神様に捧げる衣服を織りあげる女性「棚機つ女(たなばたつめ)」の伝説に由来していると言われていたそうです。