



こんだてひょう

令和8年度
長崎県立島原特別支援学校
南串山分教室

4・5月のもくひょう

◎給食のきまりをおぼえましょう。

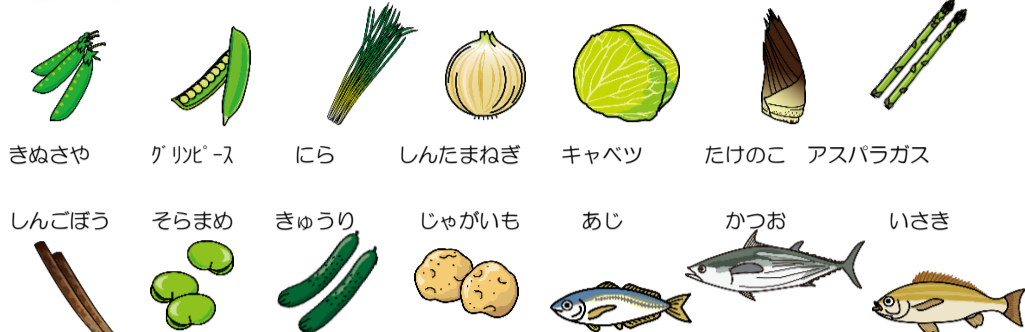
《とくに5月は…》

- ・正しいてあらいをしましょう。
- ・きゅうしょくのやくそくをまもりましょう。

(しょくじちゅうはせきを立ちません。トイレもすませておきましょう。)

(大きなこえをださないようにしましょう。おともだちがびっくりするよ。)

5月 のおすすめ!旬のたべもの



月	火	水	木	金
<p>☆献立確認URL・ぜひ御活用ください☆</p> <p>右のQRコードを、お手持ちのスマートフォンのQRコードリーダーを使って読み取ると・・・毎日の献立・使用食材・分量・アレルギー情報を見ることができます。</p> <p>気になった献立のレシピを、御家庭の食事づくりに役立てていただけます◎</p> <p>ぜひ、お試しください!</p> <p>※学校IDを求められる画面になった時は・・・「42-76900」と入力してください。</p> 				
 <p>きれいに洗おう</p>		 <p>ごはん、おかず、しるじゅんぱんに食べてみよう</p>		<p>1 こどものひメニュー</p> <p>ほうれんそうのごまあえ</p> <p>かしわもち</p> <p>わかたけじる</p> <p>さんさいちらしずし</p> <p>ぐんぐんのびるだけのこのように、大きくなれ!の願いをこめたお吸い物です。</p>
<p>4</p>  <p>みどりの日</p>	<p>5</p>  <p>こどもの日</p>	<p>6</p>  <p>振りかえきゅうじつ 振替休日</p>	<p>7 マーラーカオ</p>  <p>さらうどん あげぎょうざ</p> <p>マーラーカオは「中国のむしパン」で、黒砂糖と油をいれるのが特徴だよ。</p>	<p>8 うらかみそぼろ</p>  <p>さばしょうがに</p> <p>むぎごはん きこのみそしる</p> <p>浦上そばの「そばろ」は、ポルトガル語のソプラート(干切り)が由来だよ。</p>
<p>11</p>  <p>まつかぜやき</p> <p>むぎごはん じゃがいもみそしる</p> <p>松風焼きは、とりひき肉で作る和風ミートローフ。みそ味です。</p>	<p>12</p>  <p>ほしだいこんに</p> <p>かつおフライ</p> <p>グリンピース とりやさじるごはん</p> <p>今が旬のグリンピース。苦手な人も多いですが、一口がんばってみましょう。</p>	<p>13</p>  <p>やさしいため ケチャップ</p> <p>パイナップル フランクフルト</p> <p>コッペパン ポトフスープ</p> <p>コッペパンにフランクフルトと野菜をはさんで、ホットドッグにしてみよう!</p>	<p>14</p>  <p>ぶたにくとあつあげのみそいため</p> <p>オレンジ</p> <p>むぎごはん たちうおのつみれじる</p> <p>豚肉にまみれる、ビタミンB1は、体の疲れをとってくれるはたらきがあるよ。</p>	<p>15</p>  <p>パンサンスー</p> <p>セレクトゼリー</p> <p>たかなチャーハン ごもくスープ</p> <p>びわゼリーとムース、どちらか好きなほうをえらんでたべましょう!</p>
<p>18</p>  <p>はっぼうさい</p> <p>むぎごはん ちゅうかスープ</p> <p>【八宝菜】の「は」は、「たくさん」という意味があります。野菜たっぷり!</p>	<p>19</p>  <p>ごとうさんさいのもの</p> <p>きびなごフライ</p> <p>むぎごはん とうふのみそしる</p> <p>五島三菜とは、五島でとれる「ひじき、人参、大根」を乾燥させたものです。</p>	<p>20</p>  <p>ゆでキャベツ</p> <p>チーズハンバーグ</p> <p>パーカーパン ポテトスープ</p> <p>パンにハンバーグ、野菜、チーズをはさんでハンバーガーを作ろう!</p>	<p>21</p>  <p>じゃがきんぴら</p> <p>ふりかけ</p> <p>むぎごはん さわにわん</p> <p>春のじゃがいもは、「新じゃが」とよばれ、皮がうすいのが特徴だよ。</p>	<p>22</p>  <p>ソフール</p> <p>ツナカレー</p> <p>キャベツとパイナップルのサラダ</p> <p>人気のカレーに、ツナを入れました! ツナはなんのお肉でしょう?</p>
<p>25</p>  <p>かみつしまとんちゃん</p> <p>むぎごはん つみれじる</p> <p>「上対馬とんちゃん」は、対馬のB級グルメです。豚肉と野菜たっぷり!</p>	<p>26</p>  <p>アスパラソテー</p> <p>チキンカツ</p> <p>むぎごはん あおさじる</p> <p>あおさ、アスパラと春に旬を迎える食材を使ったメニューです。</p>	<p>27</p>  <p>ポークビーンズ</p> <p>ミルクプリン</p> <p>こめこパン コンソメスープ</p> <p>ポークビーンズは、豚肉と豆をトマト味で煮込むアメリカの家庭料理です。</p>	<p>28</p>  <p>だいずひじきに</p> <p>メロン</p> <p>むぎごはん とんじる</p> <p>旬の魚、あじが登場! 甘酸っぱい梅みそをのせて焼きました。</p>	<p>29</p>  <p>こんにやくいため</p> <p>ぶどうゼリー</p> <p>みそそばろどん</p> <p>むぎごはん はんぺんのみそすましじる</p> <p>みそは、日本で古くから使われている調味料。今日は丹ばりにしました。</p>