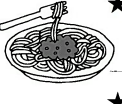
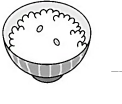
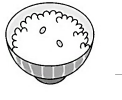
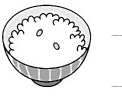


5月よていにいんだて

2025年

二風谷小学校

月	火	水	木	金
~5月 給食目標~ 給食の準備と後片づけを きちんとしよう ◎衛生面に気をつけて配ぜんしましょう。		食器のならべ方をおぼえよう  ごはんは左 しるは右	1 リクエストメニュー  ★かしわうどん ★竹輪の磯辺揚げ 小 586kcal 中 799kcal 黄 干しうどん 小麦粉 米ぬか・油 赤 鶏もも肉 なんと 油揚げ 焼き竹輪 青のり ベビーチーズ 牛乳 緑 ほうれん草 にんじん 長ねぎ ぶなしめじ 乾椎茸	2  親子丼 とうふとさやえんどうのみそ汁 小 611kcal 中 743kcal 黄 米 麦 米ぬか・油 三温糖 赤 鶏もも肉 なんと 鶏卵 焼きのり 木綿豆腐 みそ 牛乳 緑 玉ねぎ 竹の子 にんじん 乾椎茸 しらたき みつば さやえんどう ぶなしめじ 長ねぎ オレンジ
5  こどもの日	6  みどりの日(4日)の 振り替え休日	7 リクエストメニュー  ★わかめご飯 たまごと春雨の スープ ひじき春巻き 小 718kcal 中 859kcal 黄 米 麦 春雨 片栗粉 白いりごま 三温糖 ごま油 赤 炊き込みわかめ 鶏卵 くらげ ハム 牛乳 緑 チンゲン菜 にんじん きくらげ 北海道給ひじき春巻き きゅうり	8 リクエストメニュー  ★スパゲッティ・ミートソース ★フライドポテト ★いちごヨーグルト 小 721kcal 中 829kcal 黄 スパゲッティ 米ぬか・油 三温糖 じゃがいも 赤 豚ひき肉 粉チーズ 牧場の朝いちごヨーグルト 牛乳 緑 玉ねぎ にんじん ピーマン さやいんげん 乾椎茸 しょうが にんにく	9  麦ご飯 とうふとわかめの みそ汁 鮭の塩焼き 小 524kcal 中 645kcal 黄 米 麦 三温糖 白いりごま 米ぬか・油 赤 木綿豆腐 乾燥わかめ みそ 鮭 さつま揚げ 牛乳 緑 長ねぎ ふき にんじん しょうが
12  麦ご飯 じゃがいもと春雨の スープ とり肉と大根の 中華煮 小 578kcal 中 711kcal 黄 米 麦 じゃがいも 春雨 白いりごま ごま油 三温糖 赤 鶏もも肉 海藻サラダ ハム 牛乳 緑 にんじん 長ねぎ 大根 しょうが チンゲン菜 もやし きゅうり	13 ラッキースター ムギライス  ★ポークカレー 福神漬 小 803kcal 中 968kcal 黄 米 麦 じゃがいも 米ぬか・油 三温糖 カレールウ(2種) 赤 豚もも肉 牛乳 プレーンヨーグルト 生クリーム 緑 玉ねぎ にんじん にんにく 福神漬 バイン缶 黄桃缶 みかん缶 パナナりんご	14  麦ご飯 えのきと油揚げのみそ汁 ぶた肉と大根の いため煮 ほうれん草と もやしのごまあえ 小 566kcal 中 698kcal 黄 米 麦 三温糖 米ぬか・油 白すりごま 赤 油揚げ 乾燥わかめ みそ 豚もも肉 焼き竹輪 牛乳 緑 えのきたけ 大根 にんじん 長ねぎ つきこんにやく さやいんげん しょうが ほうれん草 もやし	15  塩ラーメン じゃがバター オレンジ 小 578kcal 中 721kcal 黄 中華生めん 米ぬか・油 白いりごま 米ぬか・油 じゃがいも バター 赤 豚もも肉 乾燥わかめ 豚骨 鶏ガラ 牛乳 緑 もやし ほうれん草 にんじん 長ねぎ 玉ねぎ しょうが オレンジ	16  遠足
19  バターロール マカロニシチュー 十勝大豆コロッケ 小 809kcal 中 947kcal 黄 バターロール じゃがいも マカロニ バター ホwitz トルウ十勝大豆コロッケ 米ぬか・油 マヨネーズ 赤 鶏もも肉 牛乳 生クリーム 脱脂粉乳 緑 玉ねぎ にんじん とうもろこし さやいんげん キヤベツ きゅうり レタス	20  麦ご飯 じゃがいもと 油揚げのみそ汁 釧路産鱈フライ 小 583kcal 中 704kcal 黄 米 麦 じゃがいも 米ぬか・油 ごま油 三温糖 白いりごま 赤 油揚げ みそ 釧路産鱈フライ さつま揚げ 牛乳 緑 長ねぎ ごぼう にんじん つきこんにやく 乾椎茸	21 五目チャーハン たまごと玉ねぎの スープ 小 602kcal 中 730kcal 黄 米 麦 三温糖 米ぬか・油 白いりごま ごま油 片栗粉 業務用チャブチエ 赤 焼き豚 鶏卵 牛乳 緑 長ねぎ にんじん ピーマン 乾椎茸 しょうが にんにく 玉ねぎ	22 リクエストメニュー  麦ご飯 とうふとわかめの みそ汁 ★とり肉のレモンづけ 小 645kcal 中 795kcal 黄 米 麦 片栗粉 小麦粉 三温糖 米ぬか・油 マカロニ マヨネーズ 赤 木綿豆腐 乾燥わかめ 油揚げ みそ 鶏もも肉 ハム 牛乳 緑 にんじん 長ねぎ レモン果汁 キヤベツ 玉ねぎ きゅうり みかん缶	23  麦ご飯 じゃがいもと わかめのスープ チンジャオロースー もやしとほうれん草 のナムル 小 565kcal 中 691kcal 黄 米 麦 じゃがいも 白いりごま 片栗粉 三温糖 ごま油 赤 ベーコン 乾燥わかめ 豚ロース肉 焼き竹輪 牛乳 緑 長ねぎ 竹の子 ピーマン 乾椎茸 しょうが にんにく もやし ほうれん草
26  ぶたキムチ丼 たまごとわかめの スープ 小 725kcal 中 869kcal 黄 米 麦 三温糖 みそ ごま油 米ぬか・油 白いりごま 片栗粉 赤 豚かた肉 豚ばら肉 鶏卵 牛乳 緑 にんにく しょうが 白菜 キムチ にんじん 玉ねぎ たらもやし 乾燥わかめ フレーダーりんごゼリー	27  カレーピラフ コンソメスープ 小 636kcal 中 770kcal 黄 米 米ぬか・油 バター じゃがいも マカロニ マヨネーズ 赤 豚ひき肉 ベーコン 国産米油使用鰯油 漬け 牛乳 緑 玉ねぎ とうもろこし にんじん ピーマン エリンギ キヤベツ きゅうり	28  麦ご飯 えのきと玉ねぎの みそ汁 ぶた肉のさっぱり焼き 小 564kcal 中 690kcal 黄 米 麦 三温糖 米ぬか・油 白いりごま 赤 油揚げ 乾燥わかめ みそ 豚かたロース肉 牛乳 緑 えのきたけ 玉ねぎ にんにく しょうが ほうれん草 もやし にんじん	29 リクエストメニュー  親子うどん ★いもち 小 663kcal 中 793kcal 黄 干しうどん いもち 米ぬか・油 三温糖 赤 鶏もも肉 鶏卵 油揚げ なんと ベビーチーズ 牛乳 緑 乾椎茸 にんじん ごぼう 長ねぎ	30  麦ご飯 竹輪ともやしの みそ汁 日本海産ホッケフライ 小 562kcal 中 677kcal 黄 米 麦 米ぬか・油 三温糖 赤 焼き竹輪 油揚げ みそ 日本海産ホッケフライ さつま揚げ 干しひじき 牛乳 緑 もやし 長ねぎ 切干し大根 にんじん 乾椎茸 さやいんげん

食品のグループ分け ◎黄～主にエネルギーのもとになる食品 ◎赤～主にからだをつくるもとになる食品 ◎緑～主にからだの調子を整えるもとになる食品

おいしいね



—「おいしいね」って共感できる
この幸せを大切にしたい—
「食」の情報通信 2025 年度-No.2
2025 年 4 月 24 日発行
平取小学校 栄養教諭

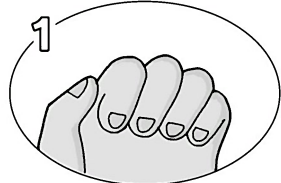
新学期が始まって約2週間がたち、新しい学年での給食にも慣れてきたころでしょうか？

給食の準備や後片付けはスムーズにすすめていますか？

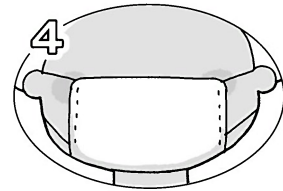
給食当番の 身支度・準備

6つのポイント

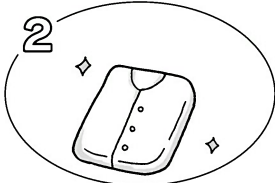
爪が伸びている人は
短く切っておきましょう



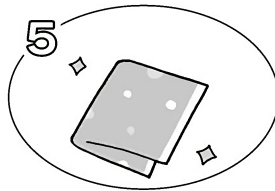
マスクは口と鼻がかくれる
ようにつけましょう



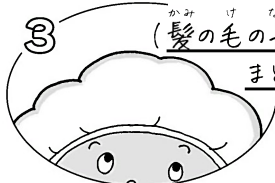
清潔な白衣（エプロン）を
きちんと身につけましょう



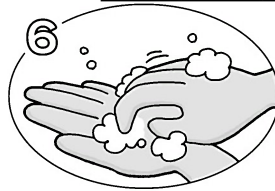
清潔なハンカチを用意
しましょう



髪の毛がなるべく出ないように
帽子をかぶりましょう



石けんを使って十分な手洗いを
しましょう（約30秒が目安）



食べ物を扱うという自覚をもって
衛生面に気をつけましょう。

お腹の調子が悪い人や、
かぜをひいている人は
給食当番を控えましょう。



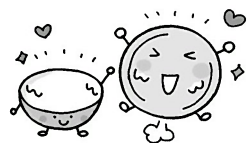
給食に入らないように気をつけよう！



きゅうしよく

給食アルバム

平取小学校 1年生



平取町には、小学校が5校、中学校が2校あります。

栄養教諭は、毎日どこかの学校へ行き、子どもたちと一緒に給食時間をすごしていますので、その様子を少しずつ紹介していきます。

写真

写真

※1年生は12名入学しました。おめでとうございます※

今週の給食当番は給食衣を着たり、脱いだりを練習して、
カート係は給食カートやテーブルを教室まで押してきます。

給食カートも上手にゆっくり運んでくれます^^。

好き嫌いも少なく、おかわりももりもり！米粒も残さず黙々と
給食を食べる、お友だち思いの優しくて立派な1年生です。

原材料のおしらせ

※給食で使用する加工品の原材料をお知らせします

- 1日 毎日骨太MBPベビーチーズ(ナチュラルチーズ、ミルクカルシウム、乳タンパク質、乳化剤、水)
- 7日 炊き込みわかめ(塩蔵わかめ(韓国、日本)、食塩、砂糖、酵母エキス)
ひじき春巻き(たけのこ、にんじん、豚肉、ひじき、植物油、醤油、でん粉、砂糖、酒、発酵調味料、オイスターソース、香辛料、[皮]小麦粉、食塩、加工でん粉、クエン酸鉄Na、キシロース、水)
- 8日 いちごヨーグルト(生乳(国産)、砂糖、乳製品、いちご果汁、乳たんぱく質、寒天、香料、ベニコウジ色素)
- 13日 福神漬(大根、なす、きゅうり、れんこん、なたまめ、しそ、ごま、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、しょうゆ、食塩、香辛料、酒精、調味料(アミノ酸等)、酸味料、加水)
- 19日 バターロール(強力粉、薄力粉、グラニュー糖、天日塩、イースト(生)、鶏卵(地場産)、マーガリン、水)
十勝大豆コロケ(じゃがいも、だいず、たまねぎ、乾燥マッシュポテト、パン粉、中力粉、植物油、とうもろこしでん粉、上白糖、塩、香辛料、水)
- 20日 釧路産鱈フライ(助宗鱈、パン粉、バターミックス、食塩、胡椒)
- 21日 チャプチェ(春雨、小松菜、赤ピーマン、たけのこ水煮、植物油、にんじん、しょうゆ、牛肉、砂糖、オイスターソース、コチュジャン、チキンエキス、ごま、食塩、ボークエキス、グルタミン酸ナトリウム、ガーリックペースト、魚介エキス、酵母エキス、酵母エキス調味料、黒こしょう、水)
- 26日 フルーティーりんごゼリー(りんご果汁、糖類(砂糖・異性化液糖・ぶどう糖)、酸味料、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料)
- 29日 いももち(じゃがいも、小麦粉、牛乳、マーガリン、デキストリン、乳等を主要原料とする食品、乾燥マッシュポテト、水飴、植物油、澱粉、食塩、砂糖、香辛料、バター、ナチュラルチーズ、加工澱粉、キシロース、乳化剤、香料)
- 30日 日本海産ホッケフライ(真ほっけ、パン粉、バターミックス、打ち粉(微粉パン粉))