

5月 給食だよ



令和7年5月
新宿区立西新宿小学校

☆今月の給食目標☆

『食事のマナーを身に付けよう』



参加申込必須。詳しくは学校だより4月15日号を参照ください。

5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)
こどもの日 おきにいいのメニューが みつかるかな？	振替休日	ぎょうざ丼 3色野菜のごま和え 冷凍みかん 牛乳	ご飯 鯖の味噌煮風 ポテトサラダ けんちん汁 牛乳 保護者対象学校ランチ	中華おこわ パリパリサラダ 河内晩柑 牛乳 ☆こどもの日給食☆
12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)
味噌ラーメン 和風サラダ スイートポテトケーキ 牛乳	麦ご飯 鶏肉のから揚げ 野菜のおろし和え 若竹汁 牛乳	手作りウインナーロール ポトフ 甘夏みかん 牛乳	ご飯 鮭のバター醤油焼き お浸し じゃが芋の味噌汁 牛乳	高野豆腐のそぼろ丼 カレーちゃんこ汁 りんご 牛乳 ☆相撲部屋コラボ☆
19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)
麦ご飯 モウカのBBQソース 和風ドレッシングサラダ 味噌けんちん汁 牛乳	鶏とごぼうのご飯 即席漬け 肉じゃが 牛乳	シナモンシュガートースト クリームシチュー ツナサラダ 牛乳	キムチチャーハン レバーとじゃが芋の 香味揚げ 豆腐と春雨のスープ 牛乳	小松菜チャーハン イカのマリアナソース グレープゼリー 牛乳
26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)
ご飯 鉄火味噌 生あげと野菜の煮物 しらす入り和風サラダ 牛乳	焼き鳥丼 コロコロマカロニサラダ 旬の柑橘 牛乳	ご飯 魚の野菜あんかけ カリカリ油あげのサラダ 豆腐と小松菜のすまし汁 牛乳	ドライカレー もやしのサラダ メロン 牛乳	スパゲッティ・ ビーンズミート グリーンサラダ バナナケーキ 牛乳

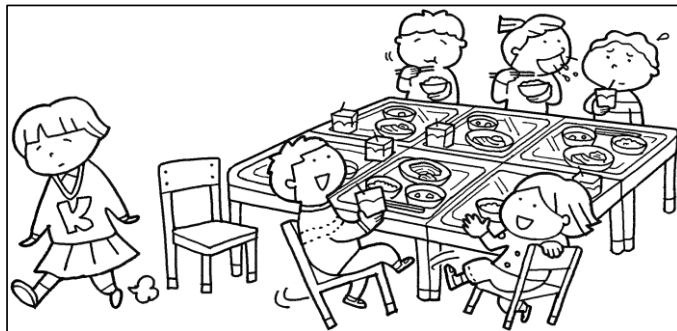
マナー違反は だ～れだ

右の絵の中にマナー違反を
している人が4人います。

だれが、どんな

マナー違反をしているのか

考えてみましょう！！ ※答えは職員室前の掲示「栄養士のひとりごと」で発表します

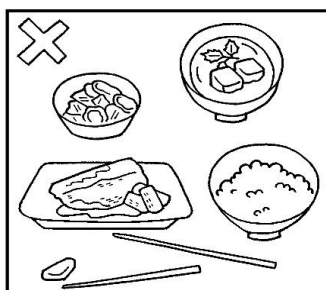
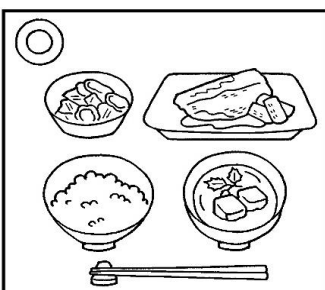


エネルギーのもとになる ごはん・パン・めん



ご飯やパン、めんにはエネルギーのもとになる炭水化物
(黄色の仲間)が多く含まれています。エネルギー源にな
る食品をしっかり摂ることが大切です。

和食の 食器の 並べ方



和食の場合、ご飯は左側、汁物は右側、
おかずはその奥に置きます。はしは手前に
はし先を左に向けて置きます。

