



5月 こんだてひょう

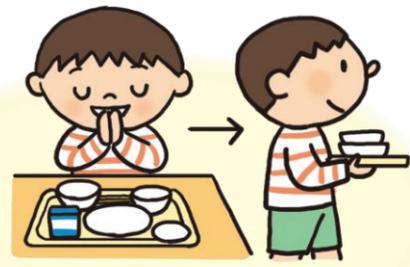
函館市立 中学校

月	火	水	木	金
		1 ごはん <small>わかたけじる</small> 若竹汁 おろしかぶとハンバーグ ごま和え こどもの日ゼリー	2 コッペパン ココロスープ トマトミートオムレツ ほうれん草とキャベツの ツナサラダ	3 <small>けんぽうきねんび</small> 憲法記念日
6 <small>ふりかえきゆうじつ</small> 振替休日 	7 ハヤシライス ごぼうサラダ ヨーグルト	8 ごはん <small>ぶたじる</small> 豚汁 <small>くしろさん</small> 釧路産たらザンギ ひじきの炒め物	9 あげパン <small>しろ</small> 白かぶスープ <small>にくだんこ</small> 肉団子のトマトソース煮② <small>あまなつ</small> 甘夏みかん	10 ごはん <small>ごもくじる</small> 五目汁 <small>ぶたにく やさい</small> 豚肉と野菜の <small>から</small> 辛みそ炒め ミニトマト②
13 コッペパン クラムチャウダー バジルチキン コールスローサラダ	14 <small>わしよく ひ</small> 和食の日 ごはん みそけんちん汁 いわしの梅煮② <small>はくさい こまつな いそ</small> 白菜と小松菜の磯あえ	15 ごはん カレー豆腐 えびシューマイ③ もやしナムル	16 <small>こがた</small> 小型コッペパン <small>はる</small> 春キャベツの スパゲッティ ポテトサラダ いちごジャム	17 ごはん じゃがいもと わかめのみそ汁 ブリカツの野菜あんかけ <small>しお やさい</small> 塩もみ野菜
20 ソフトフランスパン <small>だいこん</small> 大根のポトフ メンチカツ <small>こまつな</small> 小松菜とコーンの炒め物	21 <small>げんりょう</small> 減量ごはん <small>たまご</small> 卵とじうどん <small>だいず あ</small> いかと大豆の揚げがらめ かつおふりかけ	22 ごはん <small>はっぼうさい</small> 八宝菜 <small>や</small> 焼きギョウザ② パイ	23 コッペパン <small>はくさい ぶたにく</small> 白菜と豚肉のスープ <small>とり</small> 鶏肉とじゃがいもの <small>あまからいため</small> 甘辛炒め オレンジ	24 ビビンバ わかめスープ はちみつレモンゼリー
27 ツイストパン ニョッキのトマトスープ チキンナゲット③ キャベツとパインのサラダ	28 ごはん <small>とうふ あおな</small> 豆腐と青菜のみそ汁 <small>ぶたにく</small> 豚肉とキャベツの カレー炒め ミニトマト②	29 ごはん <small>とり</small> 鶏ごぼう汁 <small>あつ や たまご</small> 厚焼き卵 <small>き ほ だいこんいた に</small> 切り干し大根炒め煮	30 コッペパン <small>やさい</small> 野菜スープ アスパラとチキンの グラタン チョコクリーム	31 <small>げんりょう</small> 減量ごはん しょうゆラーメン えびといもの香味揚げ のりの佃煮

きゅうしょくじかん 給食時間の過ごし方



みんなで楽しく「いただきます」!



みんなで「ごちそうさま」をしてから後片付け。食器は
ていねいに扱おう。



「ばっかり食べ」はなるべくしないようにしよう。
にがて 苦手そうなものでも、まずはひと口食べてみよう。



おしゃべりに夢中になりすぎず、しっかり食べよう。
きょうしょくじかん 給食時間のお知らせや放送もよく聞こうね。