

5月 予定給食献立表

志木市立志木小学校

「はし・スプーン・フォーク」は給食室で
準備したものを全校で使っています。

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
1 ほるひねあぶらの ナポリタン	2 らく チキン ホットドッグ キッシュサラダ	3 はまごはん いわゆりそせき いかのわなこあが MILK	4 憲法記念日	5 みどりの日
スナップえんどうのすじとり	8十八夜の献立	56kcal 31.1g	憲法記念日	5 こどもの日
ぎゅうにゅう ウインナー チーズ とりむねにく	スパゲティ オリーブオイル こめあぶら ごま バター さとう こまちふ	にんにく たまねぎ にんじん きゅうり スナップえんどう アスパラガス きやべつ	ぎゅうにゅう いか とうにゅう いわのり とふ みそ	おもにからだをつ くるしょくひん
8 ソフトフランスパン	9 ジャガイモ グリーンピース のパテージュ	751kcal 28.8g	5月のコンセプト 新緑の香りを食卓に	表示の説明 上のだんの数字 下のだんの数字 エネルギーkcal → たんぱく質 g →
グリンピースの皮むき①	10 ホムカツ フコッテなどみかん ゼリー	555kcal 27.1g	5月のコンセプト 新緑の香りを食卓に	おもにねつやちか らのものになる しょくひん
ぎゅうにゅう たら どうにゅう なまクリーム	パン こむぎこ でんぶん こめ さんおんとう こめあぶら バター じゅがいも	たまねぎ トマト きゅうり グリンピース	ぎゅうにゅう じゅうごこくまい でんぶん	おもにからだの ちょうしをとの えるしょくひん
15 そら豆の皮むき	16 けんきもりもじほん	688kcal 29.2g	17★ しづバターコーンラーメン ミニトマト	12 はるひらし はるゼリー
ぎゅうにゅう とりむねにく どうにゅう なまクリーム ベーコン わかめ	パン バター こむぎこ セロリ レタス トマト	たまねぎ マッシュルーム バセリ そら豆 セロリ レタス	ぎゅうにゅう ひじき しらす とりひきにく かんてん	すまじる
17★ しづバターコーンラーメン ミニトマト	18 カレーライス	618kcal 24.8g	19 きゅうり さつまいも ほりたたらひ	進学・進級おめでとう献立
そら豆の皮むき	19 カレーライス	628kcal 29.5g	はつまいも さつまいも かぶ	594kcal 21.8g
ぎゅうにゅう とりむねにく どうにゅう なまクリーム ベーコン わかめ	20 サラダスープ	566kcal 30g	20 カレーライス	20 カレーライス
21 たまねぎ マッシュルーム バセリ そら豆 セロリ レタス	21 たまねぎ マッシュルーム バセリ そら豆 セロリ レタス	601kcal 23.7g	21 たまねぎ マッシュルーム バセリ そら豆 セロリ レタス	21 たまねぎ マッシュルーム バセリ そら豆 セロリ レタス
22 さくらひん	22 さくらひん	566kcal 28.0g	22 たまねぎ マッシュルーム バセリ そら豆 セロリ レタス	22 たまねぎ マッシュルーム バセリ そら豆 セロリ レタス
ぎゅうにゅう さけ たまご とりむねにく むしかまぼこ あぶらあげ とうふ	23★ けんき めん	634kcal 26.3g	23★ けんき めん	23★ けんき めん
24 はつまつあわ たまごひん	24 はつまつあわ たまごひん	638kcal 24.7g	24 はつまつあわ たまごひん	24 はつまつあわ たまごひん
25 フラワー	25 フラワー	680kcal 22.3g	25 フラワー	25 フラワー
26 むぎ	26 むぎ	630kcal 23.1g	26 むぎ	26 むぎ
27 たまねぎ トマト バセリ ウインナー	27 たまねぎ トマト バセリ ウインナー	543kcal 22.9g	27 たまねぎ トマト バセリ ウインナー	27 たまねぎ トマト バセリ ウインナー
28 やきそばメンチ	28 やきそばメンチ	556kcal 25.3g	28 やきそばメンチ	28 やきそばメンチ
29 アスパラガスと いんすのソテー	29 アスパラガスと いんすのソテー	556kcal 25.3g	29 アスパラガスと いんすのソテー	29 アスパラガスと いんすのソテー
30 むぎ	30 むぎ	617kcal 28.1g	30 むぎ	30 むぎ
ぎゅうにゅう ぶたひきにく かつおぶし みそ	ぎゅうにゅう ぶたひきにく みそ とうふ	ぎゅうにゅう こめあぶら さんおんとう でんぶん ラーメン	ぎゅうにゅう こうぶし とろもにく ひじき だいぞ ちくわ さつまあげ あぶらあげ	31 エコブリーフ
31 イモ	31 イモ	627kcal 30g	31 イモ	31 イモ
ぎゅうにゅう こめ むぎ パンこ こめぬかあぶら	ぎゅうにゅう ぶたひきにく みそ とうふ	ぎゅうにゅう こめあぶら さんおんとう でんぶん ラーメン	ぎゅうにゅう こうぶし とろもにく ひじき だいぞ ちくわ さつまあげ あぶらあげ	31 イモ

5月は、新緑の季節です。
初鶴や新玉ねぎ、岩のり、ひじき、メロン、ニューサマー・オレンジなど旬のものが多くとり入れています。
1日にはスナップえんどうのすじとり、8、11日にはグリンピース、15日にはそら豆の皮むきを予定しています。
1年生、2年生、4年生、さくら学級が協力をしてくれるので、あまいお野菜がいただけます。

2日 今年の八十八夜には、?を衣に入れた「イカの若草揚げ」を出します。
9日 こどもの日お祝い献立で、柏餅風つくねを出します。
12日 入学・進級お祝い献立として「春のちらし寿司と春のゼリー」を出します。
17日 「はれときどきぶた」の「みどりえんぴつの天ぷら」を出します。
25日 「ホワイトソース」と「ミートソース」を手作りし、「ラザニア」を出します。
29日 キャベツをたっぷり使って「焼きキャベツメンチ」を出します。





給食だより

志木市立志木小学校

新学期がスタートして、約1か月が過ぎました。

新しい環境の中で、暑い日や寒い日など、気候が不安定で、体調を崩しやすいと思います。疲れがたまりやすい時だからこそ、いつも以上に早寝、早起き、朝ごはんを心がけて過ごしましょう！

2年生以上の給食は4月13日、1年生の給食は4月20日より始まりました。

4月は、1年生が家庭で食べ慣れているメニューを中心に組み合わせ、提供しました。

5月からは、少しずつ、様々な食材にチャレンジしてほしいという思いから、旬の食材を多く使用し、給食を提供していきます。

みんなが気になる!! 給食室

志木小の給食室は、学童教室の前にあります。放課後や夏休みなどに給食室に入りをしていると、給食室の中を見たいと声をかけてくれる子がいます。今回は、少しですが、様子をお見せしたいと思います！

志木小の給食室では、約960食の給食を調理員10名で作っています。

安心安全で美味しい給食をモットーに毎日頑張っています。



回転釜が5釜あります！



炊飯器は、9釜です！



蒸したり、焼いたりすることができます
スチームコンベクションオーブンです！



揚げ物も一度に
たくさん揚げることができます！



牛乳をしまう冷蔵庫も
とても大きいです！

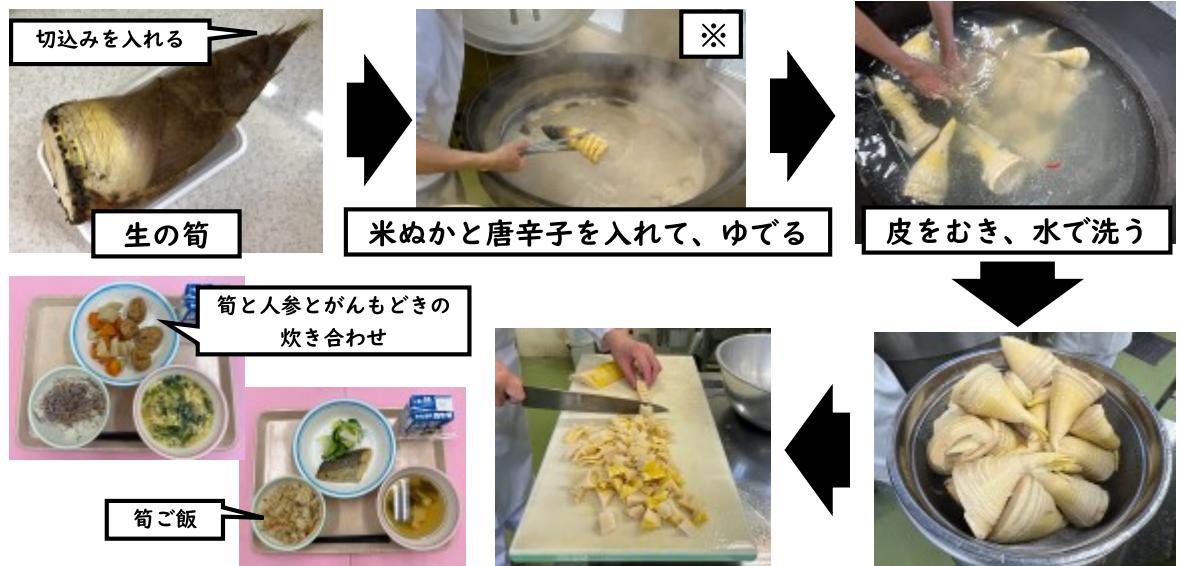
今が 旬の食材を紹介

春が旬の
河内晩柑やアスパラガスも
出しました！



します！

春が旬の生の筍を朝から給食室でゆで、19日には炊き合せ、28日には炊き込みごはんにしました。生の筍を茹でるのは、時間も手間もかかりますが、茹でて売られているものと比べ、香りも食感もとても良いです。子どもたちや先生方からも好評でした。



※茹で汁に浸った状態で冷ましてから皮をむくと、アクがぬけやすく、さらにおいしく食べることができます。

給食では、出汁もかつお節や昆布、煮干し、鶏がら、豚骨などからとっています。
カレーやシチューなどに使うとろみをつけるルーも手作りしています。



鰹・昆布出汁

煮干し出汁

鶏がら出汁

ルー

【4月の給食の食材の産地について】

- ・アスパラガス 栃木県
- ・エリンギ 長野県
- ・かぶ 千葉県
- ・絹さや 愛知県
- ・キャベツ 愛知県、群馬県
- ・きゅうり 埼玉県
- ・ごぼう 青森県
- ・小松菜 埼玉県
- ・じゃがいも 北海道、鹿児島県
- ・しょうが 高知県
- ・大根 千葉県
- ・筍 静岡県
- ・たまねぎ 北海道
- ・にら 茨城県
- ・にんじん 徳島県
- ・にんにく 青森県、香川県
- ・ねぎ 千葉県
- ・パセリ 香川県
- ・パプリカ（黄） 茨城県
- ・ほうれん草 埼玉県
- ・三つ葉 千葉県
- ・ミニトマト 熊本県
- ・もやし 栃木県
- ・レタス 茨城県
- ・宇和ゴールド 愛媛県
- ・りんご 青森県