

5月1日(金)

牛乳・ジャンバラヤ
マセドアンサラダ
抹茶あずきケーキ



5月最初の給食は、八十八夜の行事食で抹茶あずきケーキを出しました。2年生は校外学習のため不在だったのですが、1・3年生で残菜ゼロ！足りなかったのでは？と心配になるほどの食べっぷりでした。

5月7日(木)

牛乳・ピザトースト
豆乳のコーンスープ
フルーツポンチ



この日は、今年度初めての残菜ゼロを達成しました。中学校で全校残菜ゼロは達成が難しいと言われている中、入学したばかりの1年生も含めて残菜ゼロになるのは本当に素晴らしいことです。給食室としても感謝の気持ちでいっぱいです。

5月8日(金)

牛乳・ごはん・ピリ辛ふりかけ
新じゃがのそぼろ煮
小松菜とキャベツの辛子和え



この日は新じゃがを油で揚げて作る「新じゃがのそぼろ煮」です。じゃが芋を揚げているので、いつもの肉じゃがよりも「こっくり」とした味わいになります。3年生は残菜ゼロ。2年生も2クラスで残菜ゼロでした。

5月11日(月)

牛乳・味噌ラーメン
大豆とじゃこの甘辛揚げ
キャベツとニラのおひたし



この日は人気の味噌ラーメンの組み合わせとして「大豆とじゃこの甘辛揚げ」を出しました。大豆とじゃこはカルシウムの供給源として優秀な食材です。この1品で158g(牛乳1本の70%)のカルシウムを摂ることができます。

5月12日(火)

牛乳・ごはん・豚カツ
キャベツの粒マスタード和え・
ミニトマト・みそ汁



クラスマッチ前日は、毎年恒例のクラマチ応援メニュー「とんかつ」です。後期生からも「今日はとんかつですか?」と聞かれるほど定着しているこのメニュー。全校でとんかつ、キャベツ、ミニトマトは残っていませんでした。

5月19日(火)

牛乳・コーンのごはん
さばの香味焼き
ごま和え・みそ汁



クラマチ明け、久しぶりの給食です。一汁二菜の献立で、盛り付ける品数が多かったせいか準備に時間がかかり、残菜も多い日となりました。どうしても「焼き魚」の日は残る傾向があります。

5月20日(水)

牛乳・キムチチャーハン
ワンタンスープ
オレンジ蒸しパン



この日は今年度初めてのキムチチャーハンでした。1年生は「辛くないかな?」とドキドキしていたようですが、ほとんどの生徒が「全然平気だった!」とケロリ。とはいえ、辛味に弱い生徒にとっては辛かったようで、蒸しパンでバランスをとるように話をしました。

5月21日(木)

牛乳・五目おこわ
ししゃもの磯辺揚げ
ゆかり和え・みそ汁



この日は「ゆかり」を使って和え物を作りました。給食では香辛料などを活用して塩分を控える工夫をしています。この日はゆかりの香りを使うことで、使用する塩を減らす工夫をしています。

5月22日 (金)

牛乳・ごはん・みそ汁
ポテト入り卵焼き・くだもの(美生柑)
切干大根のごまマヨ和え



この日は、切干大根のごまマヨ和えが副菜です。学校では卵アレルギーの生徒も食べられるように、マヨネーズは「卵不使用」のものを使っています。ただ「マヨネーズは卵アレルギーでも食べられる」と誤解されないように説明もしています。

5月25日 (月)

牛乳・麦ごはん・かきたま汁
めばるのにんにく味噌焼き
ひじきと大豆の煮物



この日は生徒が大好きな「かきたま汁」です。もちろん？全校でかきたま汁の残りはゼロ。ご飯と魚も2・3年生は残っていませんでした。残念ながら残っていたひじきの煮物は、成長期に必要な栄養がたっぷりなのでぜひ食べて欲しい料理です。

5月26日 (火)

牛乳・ごはん・肉豆腐
切干大根のナムル
くだもの(甘夏)



この日の果物は「甘夏」です。こういった柑橘類を出すと、必ず「食べにくいから食べたくない」という生徒がいます。毎年皮のむき方や食べ方を説明していますが、手が汚れるのが嫌という声もありなかなか苦戦しています。

5月27日 (水)

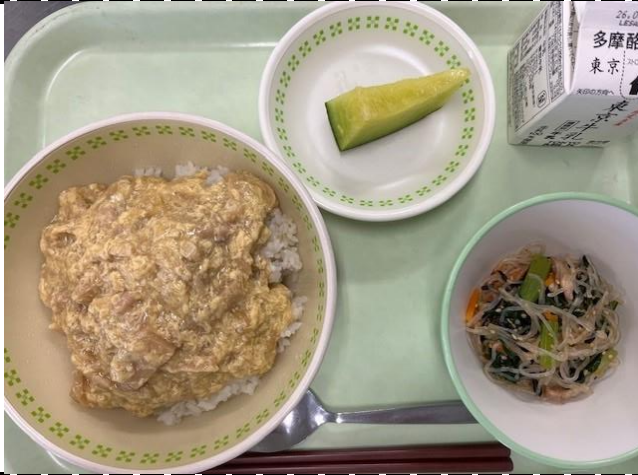
牛乳・ミルクパン・黒砂糖パン
ミルルサの玉ねぎソース・ミネストローネ
コールスローサラダ



この日は、有機栽培の玉ねぎを使用してソースを作り、揚げた魚にかけました。魚の残菜は全校でゼロ！揚げた魚が人気なのはもちろんですが、玉ねぎソースがおいしかったと大人気でした。

5月28日 (木)

牛乳・あぶたま丼
小松菜とひじきのサラダ
くだもの(メロン)



この日はあぶたま丼。毎年1年生に「何ですか?」と聞かれます。「油揚げの入った親子丼」なのですが、「食べてみると油揚げに味が染みておいしい!」と大人気です。

5月29日 (金)

スパゲティトマトクリームソース
コーンサラダ
くだもの(美生柑)



5月最後の給食は、3年生が全クラス残菜ゼロ。サラダとくだものは全校で残りが無し!という素晴らしい結果でした。柑橘の果物は残りがちなのですが、みんな上手に食べてくれたようです。