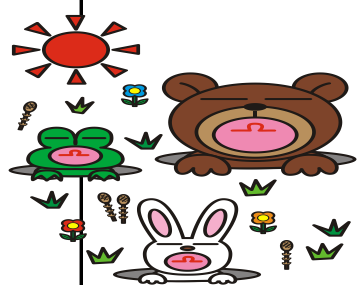
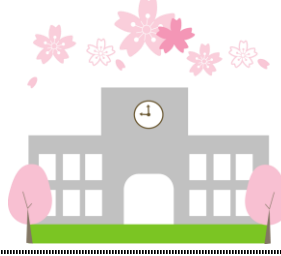
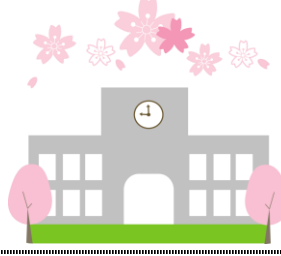
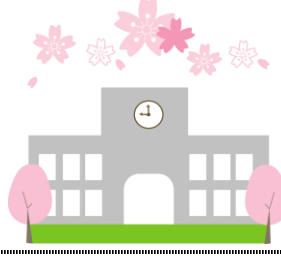
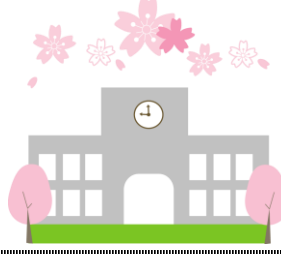
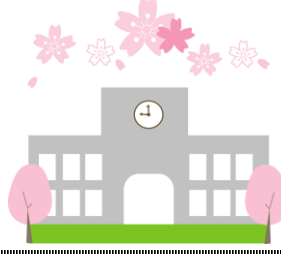
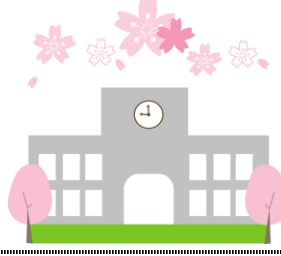
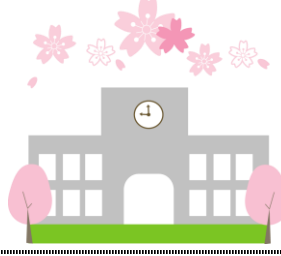
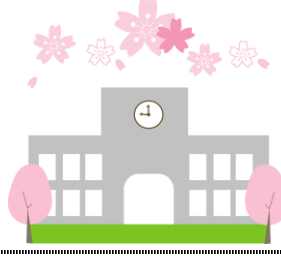
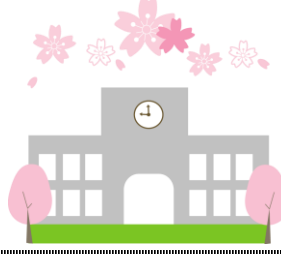
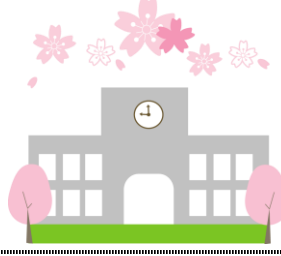
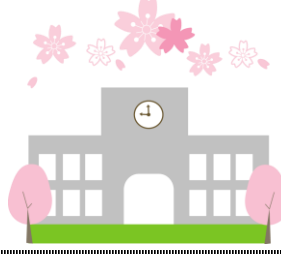
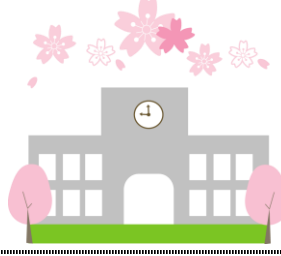
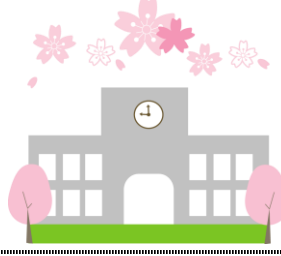
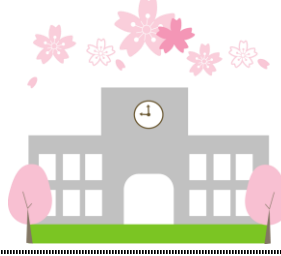
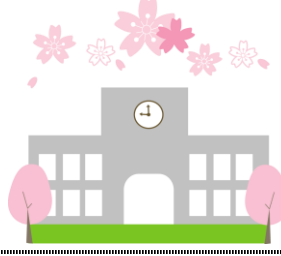
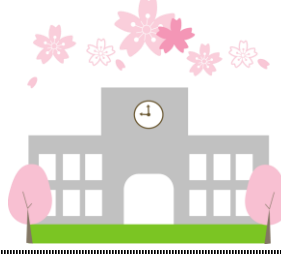
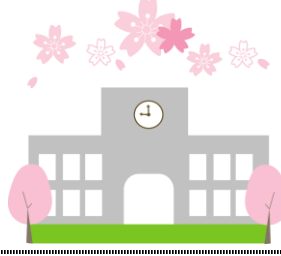
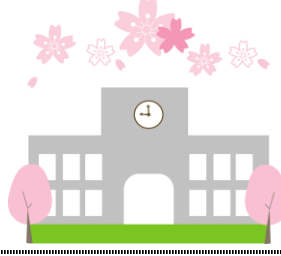


4月 もりつけひょう

令和4年度
第五福田小学校

月	火	水	木	金
			1	2
よくおねがいします  はじまりますよ！  きゅうしよくが				
4	5	6	7	8
				
始業式				
11	12	13	14	15
				
さばのしおやき かんてんの すのもの	いちご ジャム	ぶたにくの あまずあえ	こくとう ビーンズ	こいわしのうめの かおりあげ
ごはん	ひじきいり サラダ	こまつなのいために	やさいのれもんずあえ	はるのかおり ごはん
にらとじゃがいもの みそしる	ポトフ	きりぼしだいこん のみそしる	いりどり	わらびいりみそし る
魚や野菜が中心の和食は、生 活習慣病を予防する食事とし て、世界でも注目されています。	ひじきの旬は3～5月です。元気 になるために必要な鉄分がたっ ぷり含まれています。	みんなが楽しく給食を食べられ るように、立ち歩かないなど食事 のマナーを守りましょう。	朝・昼・夜、どの食事でも「主食・主 菜・副菜」をバランスよく食 べることが大切です。	今日は、わらび・たけのこ・ふき・さ やえんどうなど、春の食材が まった献立です。
18	19	20	21	22
				
かいそうサラダ	みしょうかん	さわらのてりやき	あまなつかん	きゃべつの あまずあえ
いちごゼリー	ビーフンサラダ	こんぶのすのもの	ひじきいり ちゅうかの あえもの	みそラーメン
カレーライス	とうふのチリ ソースに	せきはん	みそ ラーメン のしる	（げんまいい りごはん）
1年生給食開始 今日、進 級・入学のお祝いです。みんなで 楽しく食べましょう。	とうふは、丈夫な体をつくる「大豆」 から作られます。残さず食べましょ う。	朝ごはんを食べていますか？朝 ごはんには、体や頭を自覚めさ せる大切な働きがあります。	毎日、元気に過ごすためには、好 き嫌いせず、いろんなものをバラ ンスよく食べることが大切です。	牛乳を残さず飲めていますか？牛 乳には、強い骨を作るのに必要な カルシウムが多くあります。
25	26	27	28	29
				
みしょうかん	キャベツ ハンバーグ	にしきあえ	わかどりとだいずの あまから	
ぶたにくの プルコギ	とうにゅうコーン チャウダー	ごはん	たけのこのきのめあえ	
ごはん	パン	おやこに	えのきたけの すましじる	
ぶたにくには、ごはんに含まれる たんぱく質と炭水化物を栄養にするビタミンB1 がたくさんあります。	今日は、アメリカ料理です。ハン バーグは、アメリカで生まれた 料理だといわれています。	「おやこ煮」は、鶏と卵が親子関 係なので、こう呼ばれています。 体をつくる栄養がいっぱいです。	バランスのよい食事を心がけた めに、ごはんを中心にいろんなお かずを食べましょう。	昭和の日