



5月のこんだて表



令和5年度

ひみしりつなだうらしょうがっこう
氷見市立瀬浦小学校

月	火	水	木	金
1 キャベツのはりはりあえ がんもの含め煮 ごはん なめこ汁	2 小松菜の三色ひたし さわらのごま照り焼き お茶プリン 竹の子ごはん 細工麩のすまし汁	4・5月 きゅうしょくのめあて ○準備や後片付けをきちんとし、正しいマナーを身に付けよう 1・2 がくねん…てあらひ、みじたく、じゅんび、かたづけをしかりおこなう。 3・4 学年……協力して手際よく準備や片付けをする。 5・6 学年……気持ちのよい準備や後片付けの仕方を工夫する。		
8 ごまごまサラダ 五目野菜の肉団子 2個 ごはん とうにゅうじる 豆乳汁	9 フルーツヨーグルトあえ カップエッグ アイスマース ハヤシルウ 麦ごはん	10 小松菜のコーンあえ ミックスみそ豆 ごはん 豚汁	11 変わり漬け さばのみそ煮 ごはん けんちん汁	12 ほうれん草のアーモンドあえ タンドリーチキン アセロラミルクゼリー はちみつコッペパン イタリアンスープ
15 春雨サラダ 野菜チヂミ ごはん ヨーグルト 中華風コーンスープ	16 小松菜の納豆あえ 赤魚の西京焼き ごはん じゃがいものみそ汁	17 花野菜サラダ 卵のベーコン巻き ピラフ フルーツポンチ	18 キャベツのゆかりあえ ささみチーズフライ オレンジ ごはん にら玉汁	19 女良わかめのサラダ 鶏肉の香草焼き 米粉パン ミネストローネ
22 振りかえきょうぎょうび 振替休業日	23 きゅうりの華風漬け 人参シューマイ 2個 ごはん わかめスープ ビビンバ	24 じゃがいもの金平 揚げ出し豆腐のごまみそかけ ごはん かき玉汁	25 ひじきのナムル 豚肉のジャンロー 日向夏ゼリー ごはん 中華風豆腐汁	26 カラフルサラダ 野菜入りメンチカツ コッペパン 米粉のスープ
29 大根サラダ 豚肉とアスパラのスタミナ炒め ごはん 田舎汁	30 金平ごぼう げんげのから揚げ 1~4年:1尾 5年~:2尾 ごはん えのきのみそ汁 ひじきのり	31 キャベツの昆布あえ チーズオムレツ ごはん 肉じゃが	トイレと手あらいをすませてから、着がえましょう トイレをすませる → せっけんで手をあらう → 白衣に着がえる	