

5 月 1 日 (月)

たんご せっく こんだて
端午の節句献立

かしわもち

こいのぼり
ハンバーグ

たけのこごはん

ひめだいりい
すましじる

ちさん ちしょう
地産地消

きょう とくじらまち しょくざい
今日の徳次郎町の食材

たまねぎ

きょうのひとくちメモ

たんご せっく
端午の節句...

男の子の成長を祝う日です。柏餅を食べたり、鯉のぼりや鎧兜、五月人形を飾ったり、邪気を払えるようにと菖蒲湯に入ったりします。柏の葉は、次の若葉が出ないと古い葉が落ちないことから「家系が絶えないように」と縁起をかついだものです。

今日の給食では、さらに成長のシンボル！たけのこを使ってたけのこごはんを作りました。たけのこのようにぐんぐんと大きく成長してくださいね♡



5月2日(火)

はちじゅうはちや こんだて

八十八夜献立

まっちゃプリン

からしあえ

むぎいごはん

といにくの
いきゅうあげ

たけのこと
にしんのにも

ちさんちしょう

地産地消

きょう とくじらまち しょくざい

今日の徳次郎町の食材

たけのこ

きょうのひとくちメモ

はちじゅうはちや 八十八夜...

きょう こがつふつか りっしゅん かぞ はちじゅうはちにちめ ひ
今日、5月2日は立春から数えて八十八日目にあたる日です。
ねん ど はちじゅうはちや とくべつ しんちゃ ひ ちか ちか はちじゅう
1年に1度の八十八夜という特別な新茶の日です。「夏も近づく八十
うはちや うた ひ つ ちや しょうとう よ
八夜〜♪」という歌があるように、この日に摘んだお茶は、上等な良
いものとされ、このお茶を飲むとながいきするともいわれています。
きょう きゅうしょく ちや は ふんまつ まっちゃ つか
今日の給食では、お茶の葉を粉末にした抹茶を使ったプリンを作り
ました。すこ にが おとな あじ
少しほろ苦く大人の味ですが、この苦みをよく味わいながら
いただきます！



今日のたけのこは、地元農家の内藤さんが育てたものです。生のたけのこを給食室でゆがき、にしんと煮ました。たけのこの苦みは、春の味です。しっかりと味わいながら、いただきます！

5 月 8 日 (月)



きょうのひとくちメモ

味噌けんちん汁...

給食の味噌汁やすまし汁は、厚さ約0.4～0.7mmの中厚削りにしたさば節、かつお節、そうだがつお節を使用した無添加のだしパックをじっくり煮詰めてだしを取っています。しっかりとだしをとった汁は、味噌やしょう油の使用量を減らすことができます。

富屋小の味噌汁は、だしの味をしっかりと感じることでおいしい味噌汁です。さらに、今日の味噌けんちん汁には、大根、にんじん、ごぼう、こんにゃく、里芋、豆腐、小松菜と具材がたくさん入っているので、栄養満点の汁ものです。



5月9日(火)

負けるもんずい!



B日課 12:00給食



ちゅうかどん

MILK

ひじきとたまごのスープ



ちさんちしょう
地産地消

きょうとくじらまちしよくざい
今日の徳次郎町の食材

たまねぎ

きょうのひとくちメモ

ちゅうかどん
中華丼...

ちゅうかどん
中華丼は、中国料理の八宝菜をごはんの上にのせた日本
はっしょうりょうり
発祥の料理です。今日の給食では、きょうきゅうしよく
豚肉、イカ、キャベ
ツ、たま
玉ねぎ、しいたけ、にんじん、ピーマン、なると、た
けのこ、グリーンピースと10しゅるい
種類の食材を入れました。しよくざい
い

みなさんのにがて
苦手な食材がはい
入っていませんか。きゅうしよく
給食は、食
べることをまな
学ぶ時間です。好きな食べ物は
す
出てき
ません。にがて
苦手な食べ物を一口でもが
んばって食べると、みな
さんのこころ
心が強くなります。にがて
苦手なこと、いや
嫌なことでもチャ
レンジできる人になってくださいね!

5月10日(水)



きょうのひとくちメモ

セルフえびカツサンド...

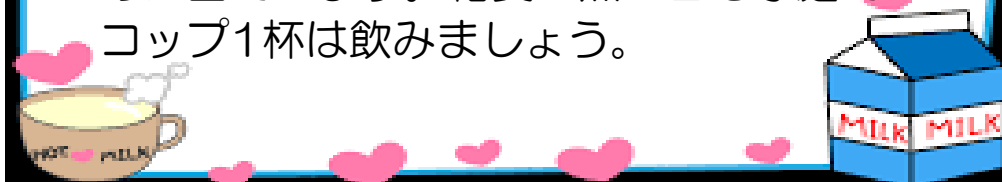
今日の給食は、バンズパンに切り目が入っているので、えびカツとボイルキャベツを自分で挟んで、えびカツサンドを作しましょう！ 自分で作ったものは、とてもおいしく感じますよ！

カルシウム・・・

毎日（1本200cc）給食で出る牛乳は、成長しているみなさんに必要なカルシウム・ビタミン・タンパク質などを補うために出ています。給食の無い日も家庭でコップ1杯は飲みましょう。



©少年写真新聞社2022



5月11日(木)



きょうのひとくちメモ

調理方法...

今日の給食の調理方法を説明します。麦入りごはんは炊く、ハガツオのピリ辛焼は焼く、ゆで野菜はゆでる、生揚げと大根の味噌汁は煮る、が調理方法になります。この他にも、炒める、揚げる、蒸すなどの調理方法があります。

同じ食材でも、調理方法が違うと、違う料理になります。5. 6年生になると、調理実習が始まりますが、少しずつ料理の作り方についても、知っておくことは大切です！



5月12日(金)

みや
宮っこランチ 春



きょうのひとくちメモ

みや
宮っこランチ...

宮っ子ランチ★春

～自然のめぐみキラキラ献立～



みや
宮っ子ランチは、うつのみやし 宇都宮市の歴史や地場産物を、より多く学ぶことを目的
につく うつのみやしどくじ に作られた宇都宮市独自の給食献立です。

げんざい 現在、はる 春・なつ 夏・あき 秋・ふゆ 冬バージョンの4種類しゅるいがあります。

きょう 今日の「宮っこランチ はる 春」は、けんさん 県産の豚肉・ぶたにく アスパラガス・みや トマトを宮
のたれでいた 炒めたものと かんぴょう 干瓢と はい ニラの入った みそしる 味噌汁など、じばしょくざい 地場食材をふんだん
に使用した献立になっています。

これをきかい 機会に、うつのみやし 宇都宮市の農業や畜産のうぎょうについて、ちくさん

どんな食材をどの辺りで

さいばい 栽培・しいく 飼育しているのかを

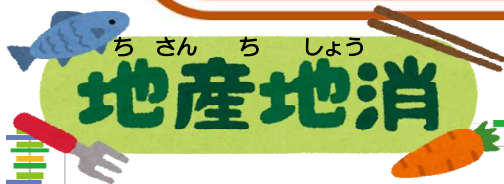
しら 調べてみるのも面白いですよ！

農業王国

うつのみや



5 月 15 日 (月)



きょう とく じ ら まち しょくざい
今日の徳次郎町の食材

たまねぎ

きょうのひとくちメモ

す どり
酢鶏・・・

きょう きゅうしょく すぶた すどり つく わ
今日の給食では、酢豚ならぬ、酢鶏を作りました。お分
の通り、豚肉の代わりに、鶏肉を使用して作りました。

すぶた あじつ しょうゆベースとケチャップベースの2種類
あります。きょう きゅうしょく けチャップベースの味付けにしま
した。あか いたれはケチャップですので、から 辛くありません。
あま す 甘酸っぱい味を楽しんでください。



5月16日(火)



B日課 12:00給食



きょうのひとくちメモ

豆のカレー...

今日のカレーには、4種類の豆が入っています。それは、白いんげん豆、赤いんげん豆、いんげん（緑）、エジプト豆（ひよこ豆）の4種類です。違いをよく観察しながら、食べてくださいね。さて、豆はとても体に良いことはみなさん知っていますね！では、豆の種類は、世界に何種類あると思いますか？

なんと！1万8000種類もあるそうです。日本では、豆という大豆が思い浮かびますが、他の国では、たくさんの種類の豆を使い食べています。今日は、その豆の中の4種類を、カレーに入れてみました。豆が苦手でも、まずはひとくち！！

5月17日(水)

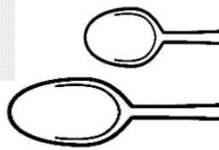
けんさんヨーグルト



ナンピザ



やさいスープ



ちさんちしょう
地産地消

きょうとくじらまちしよくざい
今日の徳次郎町の食材

たまねぎ

きょうのひとくちメモ

ナンピザ...

今日の給食のナンピザは、滝の金田屋さんに作ってもらったナンに、手づくりのピザソースを塗り、玉ねぎ、マッシュルーム、魚肉ソーセージ、コーン、ピーマンの5つの具材をのせ、最後にチーズをのせてオーブンで焼きました。

150枚のナンピザを作るのに、もっとも大変なことは、ナンが大き
く、オーブンで焼く時に、一度に50枚しか焼けないことです。全員
分を作るのに、オーブンで3回も焼く作業を繰り返しました。
感謝していただきましょう！

