



5月のこんだてひょう



きょうたん ご しりつたん ばしょうがっこう
京丹後市立丹波小学校

月	火	水	木	金
2	3 けんぽうきねんび 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 つともの日 	6 しろごはん 白ごはん しろみぎかな 白身魚のフライ ちくさつ 干草漬け きりほしだいこん 切干大根の炒り煮
9	10	11(6年修学旅行)	12(6年修学旅行)	13
しろごはん 白ごはん さばのカレー煮 ゆかり和え 豚肉とレタスの味噌汁	しろごはん 白ごはん ごちくまめ 五目豆 わかめのかき揚げ にら卵汁	ハヤシライス マカロニサラダ サイダーゼリー	しろごはん 白ごはん いかに煮つけ 磯香和え 高野豆腐の卵とじ	しろごはん 白ごはん ハムと卵のピザ風 フレンチサラダ 中華スープ
16	17	18(お弁当給食)	19	20
おやこ 親子どんぶり ねぎといかのぬた こんにゃくのおかか煮	しろごはん 白ごはん 煮しめ キャベツの味噌汁	ゆかりごはん スパゲティ・ミートソ ース キャベツとベーコン のソテー オレンジ	しろごはん 白ごはん ポークビーンズ グリーンアスパラガス のサラダ バナナカップケーキ	しろごはん 白ごはん とりにく 鶏肉の香味揚げ せんぎ 千切りじゃがいもサラ ダ コンソメスープ
23	24	25	26	27
ごちく 五目ごはん 豚肉と野菜のごま酢和 え みつばのすまし汁	しろごはん 白ごはん ちくわの照り煮 もやしのごま酢和え 炒り豆腐	しろごはん 白ごはん あげいかにマリネ にんじんポタージュ サンフルーツ	しろごはん 白ごはん 挽き肉のコーン蒸し キャベツのレモン和え レタスのスープ	えんぞく 遠足 
30	31	5月には、楽しいことがたくさんあります。 18日(水)には、お弁当給食や27日(金)には、遠足があります。 みんなで仲良く、楽しく給食をいただきましょう。 *『ハムと卵のピザ風』は、新しい給食のメニューです。どんな味が楽しみにしててくださいね☆		

☆☆5月のメニュー【ハムと卵のピザ風】☆☆

材料 (4人分)

- ・じゃがいも 230g (一口大)
- ・ハム 32g (短冊)
- ・たまねぎ 43g (スライス)
- ・なたね油 少量
- ・卵 94g (ゆがく)
- ・パセリ 少量 (みじん切)
- ・塩・こしょう 少量
- ・マヨネーズ 40g
- ・ケチャップ 40g
- ・ミックスチーズ 40g

作り方

- ①まず、卵をゆがきます。ゆがいた卵を粗みじんかマッシャーでつぶします。(炒り卵でもいいです)
- ②次に、じゃがいもをゆがきます。
- ③そして、スライスしたたまねぎとハムを炒めます。
- ④それから、①・②・③の材料と塩・こしょう・マヨネーズを混ぜます。
- ⑤④で混ぜた物をカップに入れます。
- ⑥カップにケチャップ・チーズ・パセリをのせて、蒸すか焼いたら出来上がりです♪