

きゅうしょくしつからのおたより 6月3・17日

きょう きゅうしょく ちーずさんど やさいさんど にんじん いも かんとりーすーぶ
今日の給食は、チーズサンド・野菜サンド(人参)・じゃが芋のcantreesoup。

くだもの
果物です。

いも かんとりーすーぶ むかし あめりか くに やさい つく ひと じぶん
じゃが芋のcantreesoupは昔、アメリカという国で野菜を作っている人が、自分の

はたけ
畑でとれた、たくさんの野菜を鍋で煮込んで作ったのがはじまりといわれています。

からだ うご えねるぎー いも からだ げんき やさい たまねぎ にんじん
体を動かすエネルギーになるじゃが芋、体を元気にしてくれる野菜(玉葱、人参、

きゃべつ) 、そして血や肉になってみんなの体を作るものになる豚肉が入っています。お

いしい 良い香りがしますね。

きゅうしょくしつからのおたより 6月4・18日

きょう ぎゅうにゅう あじさい かんかし
今日のおやつは牛乳・あじさい羹・菓子です。

あじさいという花を見たことがありますか？春から夏に変わる梅雨という時期に、白や

あお むらさき びんく いろ はな さ きょう はな
青、紫、ピンクなどのきれいな色の花を咲かせます。今日はそんなきれいな花のように、

ぶどうとりんごのじゅーすで寒天ゼリーを作りました。きれいな色で、いつものゼリーとはち

がい、小さく切っています。花に見えるかな？お楽しみに。



きゅうしょくしつからのおたより がつ 6月5・19日 にち

きょう きゅうしょく えだまめ さかな まりね とまと しる くだもの
今日の給食は、枝豆ごはん・魚のマリネ・トマト・みそ汁・果物です。

まりね ふらんすご つ いみ にく さかな やさい す れもんじる
マリネはフランス語で「漬ける」という意味で、肉や魚、野菜などを酢やレモン汁などが

はい つ じる ひた りょうり きょう さけ あぶら あ たまねぎ にんじん きゅうり いっしょ
入った漬け汁に浸した料理です。今日は鮭を油で揚げて、玉葱、人参、胡瓜と一緒に

つ こ あじ し さかな いっしょ やさい た
漬け込みました。味が浸みているので魚と一緒に野菜もおいしく食べられますよ。



きょう ぎゅうにゅう まーまれーど けーき
今日のおやつは、牛乳・マーマレードケーキです。

まーまれーど おれんじ かわ ほそ き さとう に おれんじ じゃむ
マーマレードは、オレンジの皮を細く切って砂糖で煮たオレンジのジャムです。その

まーまれーど つか けーき つく あじ
マーマレードを使って、ケーキを作りました。どんな味がするかな？

きゅうしょくしつからのおたより がつ 6月6・20日 にち

きょう きゅうしょく やながわふう に ひた しる くだもの
今日の給食は、ごはん・柳川風煮・お浸し・みそ汁・果物です。

やながわふう に うす き かたち ささ に あまから に たまご りょうり
柳川風煮は薄く切った形が笹に似たごぼうを甘辛く煮て、卵でとじた料理のことをいい

ます。きょう ぶたにく たまねぎ はい に あじ
今日は豚肉と玉葱、さやいんげんも入っています。よく煮てあるので味がしみてお

いしいですよ。



きゅうしょくしつからのおたより ^{がつ}6月^{にち}7・21日

きょう きゅうしょく さかな うめに あ しる くだもの
今日の給食は、ごはん・魚の梅煮・ごま和え・みそ汁・果物です。

さかな うめに ちょうみりょう うめぼし しょうが い さかな に りょうり す うめぼし さかな
魚の梅煮は調味料に梅干と生姜を入れて魚を煮た料理です。酸っぱい梅干は、魚の

くさ 臭みをとってくれます。ごはんといっしょにおいしく食^たべられますよ。



きゅうしょくしつからのおたより ^{がつ}6月^{にち}10・24日

きょう おやつは、梅おにぎりです。

うめ がつ しゅん みせ う じき
梅は6月が「旬」といって、たくさんお店で売られる時期です。

うめ へんしん うめぼし じゃむ さけ かし うめ ばいきん
梅はいろいろなものに変身します。梅干、ジャム、お酒、菓子など。梅はバイ菌をやっ

けたり、みんなの体^{からだ}を元気にしてくれます。すっぱい梅の^{うめ}パワー^{ばわー}をもらって元気に

す 過ごしましょう。

きゅうしょくしつからのおたより ^{がつ}6月^{にち}11・25日

きょう だいながん くつきー
今日のおやつは、大納言クッキーです。

だいながん あずき なかま あずき あか つぶ おお まめ
「大納言」は、小豆の仲間で、小豆より赤くて粒が大きい豆です。

きょう あずき やわ に つぶ こめ こな ま くつきー つく あずき
今日は小豆を軟らかく煮て粒あんにして、米の粉に混ぜてクッキーを作りました。小豆

せきはん しるこ りょうり つか あま さく さく
は赤飯やお汁粉、あんこなどいろいろな料理に使われます。甘くてサクサクしていておいしいですよ。



きゅうしょくしつからのおたより ^{がつ}6月^{にち}12・26日

きょう きゅうしょく さかな ぼてとや き ぼ だいこん にもん しる くだもの
今日の給食は、ごはん・魚のポテト焼き・切り干し大根の煮物・みそ汁・果物です。

さかな ぼてとや さかな なまさけ まよねーず まっしゅぼてと おーぶん や
魚のポテト焼きは、魚(生鮭)にマヨネーズとマッシュポテトをつけてオーブンで焼きました。
た。マッシュポテトはじゃが芋を茹でてつぶし、裏ごしたものです。魚の上のっている
まっしゅぼてと やわ いも あじ
マッシュポテトは柔らかいですね。じゃが芋の味はするかな？

おいしく食^たべてくださいね。

きょう こざかな ぴらふ
今日のおやつは、小魚ピラフです。

ちい さかな ぴらふ ほね は
小さい魚(ちりめんじゃこ)がたくさんが入ったピラフです。ちりめんじゃこには、骨や歯
じょうぶ かるしうむ ふく こざかな た からだ うご
を丈夫にしてくれるカルシウムがたくさん含まれています。小魚を食べて体を動かしましょう。
う。よく噛^かんでおいしく食^たべてくださいね。