



# 給食保健だより



## 5月 献立表

所沢高校定時制2023. 5. 1

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 子どもの日	6	7
牛乳 揚げパン 具たくさんの肉団子スープ 豆腐とわかめの ナムル風サラダ プリン	牛乳 海鮮うま煮丼 水餃子 わかめスープ 台湾カステラ	ゴールデンウィークになりますが、生活リズムをくずさないように気をつけましょう。仕事のある人は、働き過ぎに注意してください。				
8	9	10	11	12	13	14
牛乳 おかめうどん かき揚げ&とり天 フルーツゼリー	牛乳 ご飯 豚キムチ 中華春雨サラダ 大根スープ	野菜ジュース チキンカレー 野菜サラダ ヨーグルト	牛乳 ご飯 白身魚の レモン醤油がけ 季節野菜の和え物 味噌汁	牛乳 豚丼 味噌田楽 茶わん蒸し すまし汁		
15	16	17	18	19	20	21
牛乳 ご飯 春キャベツの 和風ミートローフ 油揚げと人参の卵とじ 味噌汁	牛乳 ジャンバラヤ ミモザサラダ ロールキャベツスープ	牛乳 竹の子ご飯 塩サバ 竹輪とこんにゃく・ 根野菜の炒め煮 豚汁	牛乳 ご飯 鶏の唐揚げ パンプキンサラダ 味噌汁	ミルクコーヒー ベーコンとほうれん草 のクリームパスタ チョコレートマフィン 野菜サラダ		
22 2時間授業	23 中間テスト	24 中間テスト	25 中間テスト	26 中間テスト	27	28
牛乳 ご飯 赤魚の野菜あんかけ アスパラ・ベーコン・ ポテトのサラダ 味噌汁	ショア 味噌ラーメン 揚げない春巻き アセロラジュレ	牛乳 ふあふあ親子丼 ひじきたっぷりサラダ なめこ汁	牛乳 ご飯 豆腐ハンバーグの 照り焼きソース 春キャベツともやし のネギ塩和え すまし汁	牛乳 ご飯 鶏手羽と大根の甘辛煮 青菜のピーナッツ和え 味噌汁		
29 中間テスト	30	31 ボーリング大会	~ボーリング大会 の注意~ ◎つめを切る ◎靴下をはく		~5月の保健行事~ 10日(水) 尿梯 	
ミルージュCa ご飯 チキンソテーマト ガーリックソース スパニッシュオムレツ コンソメスープ	牛乳 ご飯 家常豆腐 大根とじゃこの炒め煮 もずくスープ	牛乳 ご飯 いかゴロゴロメンチカツ 小エビのフリッター 胡瓜の和え物 味噌汁				

知ってますか?

5/30のメニューです

「家常豆腐」



「家常豆腐(かじょうどうふ)とは、中国で親しまれている家庭料理で、揚げ豆腐を使った野菜の煮物です。別名「チャーチャンドウフ」。発祥は四川省で、「家

### 学校感染症について

正確には「学校において予防すべき感染症」と言って、人に感染するため、学校を休まなくてはいけない病気です。

裏面に感染症の**一覧表**を載せましたので、**保存**してください。

\* 病院で診断された場合は**すぐに学校に連絡**してください。

4か年皆勤賞に輝いた、卒業生のMさんに聞いてみました

Part 1



Q1:皆勤を目指した理由は何ですか?

「毎日通っていたら、自然と**なりました**」

Q2:学校に行きたくないと思ったことはないですか?

「**行きたくないと思っても休んだらそのまま休み続けると思ったから**」

Q3:体調が悪いときはどうしましたか?

「**学校行く日に体調が悪くなったことがないのでわからない**」

Q4:無遅刻・無〆





