

今月の注目献立

上越の姫たけ汁・あじさい和え

7日【ふるさと献立】上越の初夏を舌と目で味わおう！

上越の山の幸『姫たけのこ』

シャキシャキの食感とさわやかな香りが特徴の細いたけのこです。とれたてを食べたり、瓶詰にして保存食にしたりと上越には欠かせない山菜です。

梅雨を彩るあじさい

高田城址公園や正善寺ダムは、あじさいの名所です。正善寺ダム沿道の『あじさいロード』には約5000株のあじさいが咲き、隠れた観光名所となっています。

5月の様子



2-1の配膳の様子



給食当番は盛り付けのプロを目指します！盛り切り配膳で、中学生に必要な食事を量を知り、自分自身で健康な体づくりをしていきましょう！

Main table with columns: 日曜 (Day/Week), 献立 (Menu), 名 (Name), 使用材料名 (Ingredients), エネルギー (Energy), たんぱく質 (Protein). Rows include items like 手作り豆腐ハンバーグ, 紅VS青のチンジャオロースー, etc.

一食平均エネルギー：783 Kcal

たんぱく質：29.7 g

脂質：19.9 g

食塩：2.5 g

*食材の納入状況や感染症の流行等で急遽献立を変更する場合があります。