



寒暖の差も少しずつ和らぎ、木々の緑がひとときわ鮮やかな季節となりました。子どもたちは新しい環境に慣れ、元気に学校生活を送っています。オフィスでは平日の疲れがたまって、体調がすぐれない生徒も見かけます。十分な睡眠をとり、元気に毎週土曜日に登校できるようにしましょう。給食の時間の中では好き嫌い関係なく、なんでもよく食べられるように、安全・安心な給食作りに努めて行きたいと思えます。なお 校内ではウォーターファウンテンの使用が可能です。水分補給、水筒のお水の補充にご利用いただけますので、お子様にもお伝えください。

わたしたちが作っています



土曜学校キッチンスタッフ

辻 真知子、コルダール あかり、津村 美樹、ヌウエン裕美子

5月の献立		おもな食品と体内でののはたらき		
		体を作る	エネルギー源	体の調子を整える
4	オレンジチキン(玉ねぎ、インゲン入り) Orange Chicken★ with onion, green beans ほうれん草とコーンのサラダ Spinach and corn salad ごはん Rice バナナ Banana 水 Water	鶏肉 Chicken meat	ごはん Rice オレンジソース Orange Sauce 小麦粉、卵、牛乳(衣) Flour, eggs, milk (batter) ★ サラダ油、はちみつ(ドレッシング) Oil, honey (dressing)	玉ねぎ、いんげん Onions, green beans ほうれん草 spinach ロメイン、コーン、酢 Romain lettuce, corn, vinegar バナナ Bananas
11	白身魚スティック★(バターミルク) Fish sticks★(butter milk) わかめごはん Rice with wakame seaweed コールスロー★(マヨネーズ) Coleslaw★ (Mayonnaise) イチゴとブルーベリー strawberries and blueberries 水 Water	白身魚 White Fish バターミルク★ buttermilk★	パン粉、小麦粉 Panko, Flour サラダ油 Cooking Oil ケチャップ Ketchup ごはん Rice マヨネーズ(卵)★ Mayonnaise(egg)★砂糖 Sugar	わかめ Seaweed キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン、酢 Cabbage, carrots, onions, corns, vinegar いちご、ブルーベリー Strawberries, blueberries
18	ミートソースペンネ Penne with meat sauce シーザーサラダ★ Caesar Salad★ ぶどうメドレー Grapes medley 水 Water	牛ひき肉 Ground beef シーザーサラダドレッシング★(卵、アンチョビ、パルメザンチーズ) Caesar Salad Dressing★(eggs, anchovies, Parmesan cheese)	パスタ、ケチャップ、ウスターソース Pasta, Ketchup, Worcester sauce サラダ油 Cooking oil	マリナラソース、玉ねぎ Marinera Sauce, Onion ロメインレタス Romain lettuce ぶどう Grapes
25	お休み No school			

★はアレルギー特定原材料:たまご、落花生、乳(乳製品も含む)、ごま

食物アレルギーをお持ちのお子様のご家庭へ

毎月の献立表をご覧ください、お子様が召しあがることのできないメニューがある場合は、学校オフィスにご連絡ください。ご自宅から代替品をお持ちいただくか、献立内の1品を除いて配膳するという対応をしています。saturdayschool@bcacademy.com TEL 425-649-0791 Option.7

For families of children with food allergies

Please see the monthly menu and contact the school office if there are menus that your child cannot eat. You can either bring a replacement from your home or we can serve without an item in the menu. Saturdayschool@bcacademy.com TEL 425-649-0791 Option.7