



元気な学校生活

五月は新緑がまぶしく、体も少しずつ学校の生活リズムに慣れてくる時期です。朝、昼、晩の3食をしっかり食べることで、元気に遊べ、学ぶ力も湧いてきます。毎週の給食を楽しみに、健康な生活を送りましょう。

食物アレルギーをお持ちのお子様のご家庭へ

毎月の献立表をご確認いただき、お子様が召し上がれないメニューがある場合は、必ず学校オフィスまでご連絡ください。対応としては、ご家庭から代替の食材をお持ちいただくか、献立の中で該当する一品を除いて配膳する形で対応しております。
saturdayschool@bcacademy.com TEL 425-300-5778

For Families of Students with Food Allergies

Please review the monthly menu, and if there are any items your child cannot eat, be sure to contact the school office. We can accommodate by either having you provide a substitute from home or by serving the meal with the specific item omitted. saturdayschool@bcacademy.com TEL 425-300-5778

給食の取り置き・持ち帰りについてお願い

衛生管理の都合上、給食の取り置きおよび学校からの持ち帰りはご遠慮いただいております。何卒ご理解のほどよろしくお願いいたします。

Notice Regarding School Lunch Storage and Take-Home

Due to hygiene and safety regulations, we are unable to hold or allow school lunches to be taken home. We appreciate your understanding.

献立 Menu		おもな食品と体内でのたらしき		
5月		体を作る	エネルギー源	体の調子を整える
2	野菜春巻き わかめごはん 春雨サラダ みかん、乳酸飲料(カルピコ)★人工甘味料含む Vegetable Spring Rolls Glass noodle salad Orange, lactic acid beverage (Calpico)★ contain artificial flavor	枝豆 ハム 乾燥ミルク(Nonfat) Edamame Ham Dry Milk(Nonfat)	ごはん 春巻きの皮(小麦、米粉) はるさめ(豆類のでんぷん) お酢 ごま油 Rice Springroll Wrapper (Wheat, Rice Powder) Grass Noodle(Starch from beans) Vinegar, Sesami Oil	ヒカマ、キャベツ、にんじん、たけのこ、ヤム芋、たまねぎ、西洋ネギ 春巻きのソース(醤油、梨ジュース、しょうがパウダー、ガーリックパウダー、乾燥玉ねぎ) わかめ、きゅうり みかん Jicama, Cabbage, Carrot, Bambooshoots, Yam, Onion leek, Sauce for spring roll(soy sauce, pear juice ginger powder garlic powder, dried onion) wakame (seaweed), Cucumber mandarin orange
9	白身フライ★ のりたまごはん★ コールスローサラダ★ ミックスベリー 水 Fried Fish★ Rice with Noritama furikake★ Coleslaw salad★ Mix berries Water	白身魚、バターミルク★(衣) のりたまごふりかけ★(かつお節、卵、牛乳) コー ルスロードレッシング★ (卵、乳製品) Whitemeat Fish, Buttermilk★(batter) Noritama Furikake★(Bonito Flakes, Egg, Milk) Coleslaw Dressing★(Egg, Milk products)	ごはん ごま★ コーンスターチ パン粉、ケチャップ お酢 サラダ油 Rice, Sesame seeds★, Corn starch Panko Ketchup Vinegar Salad Oil	キャベツ、たまねぎ、にんじん、セロリシード のり イチゴ ブルーベリー cabbage, Onion, Carrot, Celery Seeds Seaweed Strawberries, Blueberries
16	オレンジチキン★ ごはん 和風ミックスサラダ ぶどうメドレー 水 Orange Chicken Rice Japanese style mix salad Grape Medley Water	鶏肉、衣★(卵、牛乳) Chicken Meat, Batter★(egg, milk)	ごはん 小麦粉(醤油・オレンジチキンの衣とソース)和風ドレッシング(醤油、はちみつ、サラダ油、お酢) Rice Flour(Soy Sauce, batter and sauce for orange chicken) Japanese style dressing(Soy sauce, Honey, Salad Oil, Vinegar)	たまねぎ、オレンジジュース、ミニトマト、スプリングサラダ、ぶどう Onion, Orange Juice, Cherry Tomatoes, Spring Salad Mix, Grapes
23	お休み No School			
30	ミートソースパスタ★ ミックスサラダ バナナ 水 Pasta with meat sauce★ Japanese style mix salad Banana Water	牛ひき肉 パルメザンチーズ★(パスタトッピング) Ground Beef Parmesan Cheese★(Pasta topping)	小麦粉(ケチャップ、パスタ、ウスターソース) フレンチドレッシング(お酢、はちみつ、サラダ油) Flour(Ketchup, Pasta, Worcester sauce) French Dressing (Vinegar, Honey, Salad Oil)	玉ねぎ マリナラソース バナナ Onion, Marinara Sauce, Banana

★Allergen specifying ingredients: egg, peanuts, milk (including dairy products), sesame