



日	曜	種	献立	給食カロリー	3時のおやつ		おやつカロリー
1	水	-	即位の日	-	-	-	-
2	木	-	国民の休日	-	-	-	-
3	金	-	憲法記念日	-	-	-	-
4	土	-	みどりの日	-	-	-	-
6	月	-	振替休日	-	-	-	-
7	火	焼	ごはん ハンバーグ 五目大豆煮 スープ	411	牛乳	ぶどうゼリー	211
8	水	煮	ごはん 肉じゃが 酢の物 みそ汁	391	牛乳	ウインナーパン	234
9	木	揚	ごはん すり身揚げ 納豆和え みそ汁	401	牛乳	きな粉マカロニ	159
10	金	焼	ごはん 照り焼きチキン 大根サラダ みそ汁	397	牛乳	ココア蒸しパン	238
11	土	麺	パン ナポリタン スープ 果物	381	牛乳	フレンチトースト	224
13	月	汁	ごはん 肉団子スープ ちくわのカレー揚げ オレンジ	395	牛乳	金時煮豆	215
14	火	焼	まぜごはん 焼き魚 かぼちゃの含め煮 みそ汁	384	牛乳	クッキー	222
15	水	炒	ごはん 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ みそ汁	413	牛乳	きなこラスク	200
16	木	揚	ごはん 魚の南蛮漬け 切干大根煮 みそ汁	398	牛乳	スキム蒸しパン	229
17	金	炒	ごはん 麻婆豆腐 華風酢の物 スープ	399	牛乳	バナナカップケーキ	231
18	土	-	親子遠足（給食・おやつはありません）	-	-	-	-
20	月	焼	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き スタミナサラダ スープ	391	牛乳	ホットケーキ	234
21	火	丼	そぼろこんにゃく丼 和風和え みそ汁 果物	402	牛乳	りんごゼリー	183
22	水	煮	ごはん 煮魚 炒り豆腐 みそ汁	375	牛乳	プリン	233
23	木	揚	ごはん からあげ トマトサラダ みそ汁	394	牛乳	おにぎり	241
24	金	焼	🍪 ごはん スパニッシュオムレット スパサラダ スープ	418	牛乳	マドレーヌ	279
25	土	麺	おにぎり 焼きビーフン サラダ みそ汁	387	牛乳	スキムクッキー	202
27	月	焼	ごはん 鶏肉の味噌だれ焼き ひじきのさっぱり和え すまし汁	387	牛乳	黒糖蒸しパン	247
28	火	焼	ごはん 魚の照り焼き 栄養キンピラ みそ汁	380	牛乳	もちもちポテト	233
29	水	揚	ごはん 油淋鶏 ツナサラダ スープ	410	牛乳	フルーツヨーグルト	196
30	木	麺	ごはん 焼きそば ナムル みそ汁	378	牛乳	ツナサンド	195
31	金	汁	ハヤシライス コールスロー スープ	396	牛乳	チーズ蒸しパン	237



は、お誕生会メニューです。

5月に入り、新緑の気持ちいい季節となりました。

給食では、季節とともに出てくる旬の野菜や果物等をなるべく取り入れていく予定です。

野菜は、これから成長するために栄養をため込む新芽の部分を食べることが多いので栄養満点です。

特に、春に出回る玉ねぎ、じゃがいも、キャベツなどは、1年のうちでもっとも栄養が豊富になる時期です。

※献立は天候・仕入れなどにより内容や曜日が変更することがあります。ご了承願います。

