



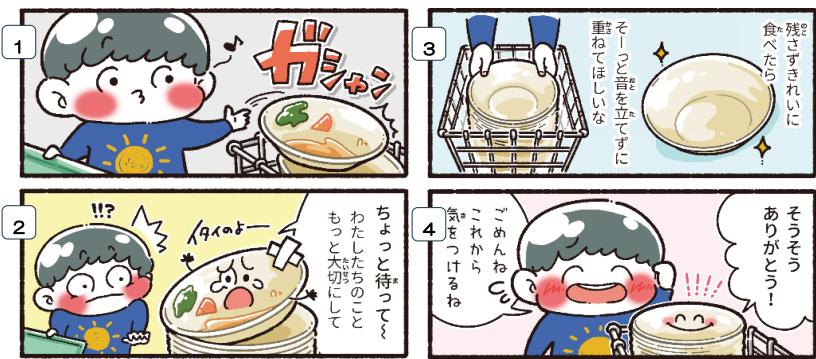
日	曜	主 食	牛乳	お か ず	ち にく ほね は 血や肉、骨や歯に なる食品 (赤)	ねつ ちから 熱や力のもとに なる食品 (黄)	からだの調子を 整える食品 (緑)	1人分 - kcal	卵の質 g
1	金	きなこあげパン	牛乳	ミネストローネ にくだんご② ゆてやさいサラダ (コーンクリームドレッシング)	牛乳 きなこ ベーコン とりにく	パン あぶら さとう じゃがいも パンこ でんぶん	たまねぎ キャベツ にんじん トマト ブロッコリー とうもろこし プレーン レモン	595	23.9
7	木	そぼろごはん	牛乳	すましじる かつおカツ かしわもち	牛乳 とりにく わかめ とうふ かつお	ごはん さとう あぶら パンこ こむぎこ でんぶん もちこ しょうしんこ	しょうが ごぼう にんじん たけのこ こまつな たまねぎ あずき	683	27.8
8	金	はちみつパン	牛乳	ラビオリスープ チキンチーズハーブやき コーンポテト	牛乳 ベーコン とりにく ぶたにく チーズ のり	パン こむぎこ あぶら パンこ でんぶん さとう ごま じゃがいも	たまねぎ にんじん キャベツ トマト パセリ にんにく とうもろこし	627	29.7
11	月	ごはん	牛乳	やさいわん ソースカツ きりぼしだいこんのカレーきんぴら	牛乳 なまあげ とりにく ぶたにく	ごはん じゃがいも あぶら さとう パンこ こむぎこ でんぶん	だいこん たまねぎ ねぎ にんじん にんにく ごぼう しらたき	628	25.1
12	火	わかめごはん	牛乳	あつあげのごもくに ささみとひじきのサラダ アセロラゼリー	牛乳 わかめ なまあげ ぶたにく とりにく ひじき	ごはん あぶら さとう ごま でんぶん	たまねぎ にんじん たけのこ いんげん キャベツ きゅうり アセロラ	607	26.3
13	水	じごなうどん	牛乳	きつねうどんのしる いかのてんぷら こまつなサラダ	牛乳 あぶらあげ とりにく わかめ いか たまご まぐろ	うどん さとう あぶら こむぎこ でんぶん	ねぎ にんじん しいたけ こまつな キャベツ とうもろこし	648	31.1
14	木	ごはん	牛乳	はるさめスープ ショーロンポー② ホイコーロー	牛乳 ベーコン ぶたにく とりにく だいすこ なまあげ	ごはん はるさめ ごまあぶら あぶら さとう でんぶん こむぎこ	たまねぎ もやし にんじん こまつな しいたけ キャベツ ピーマン にんにく しょうが	608	26.3
15	金	ツイストパン	牛乳	コーンとアスパラのシチュー しろみざかなフリッター② キャベツサラダ	牛乳 とりにく たら のり	パン じゃがいも あぶら こむぎこ バター でんぶん さとう こめこ	たまねぎ アスパラ とうもろこし キャベツ にんじん	594	22.4
18	月	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 あげぎょうざ② もやしのナムル	牛乳 とうふ ぶたにく とりにく だいすこ	ごはん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら こむぎこ ごま	ねぎ にんじん たけのこ にら しいたけ にんにく しょうが キャベツ もやし こまつな	624	25.3
19	火	ごはん	牛乳	とんじる さばのしょうがやき くきわかめサラダ	牛乳 ぶたにく とうふ さば くきわかめ	ごはん じゃがいも あぶら さとう ごまあぶら ごま	だいこん ごぼう ねぎ にんじん こんにゃく しょうが きゅうり とうもろこし	627	30.8
20	水	コッペパン スライス	牛乳	わふうミートパンネ ウインナーのケチャップソース ブロッコリーサラダ	牛乳 ぶたにく ウインナー	パン マカロニ あぶら バター さとう	たまねぎ にんじん にんにく しょうが ブロッコリー キャベツ とうもろこし	620	26.6
21	木	ごはん	牛乳	キーマカレー コールスローサラダ チーズ	牛乳 ぶたにく だいす チーズ	ごはん じゃがいも こむぎこ あぶら さとう でんぶん	たまねぎ にんじん にんにく しょうが ひよこまめ キャベツ きゅうり	628	21.0
22	金	こどもパン	牛乳	とうふとたまごのスープ メンチカツ (ちゅうのうソース) ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	牛乳 とうふ たまご とりにく ぶたにく ひじき	パン あぶら でんぶん パンこ こむぎこ さとう ごま	たまねぎ にんじん こまつな しいたけ ごぼう れんこん	621	24.5
25	月	ごはん	牛乳	たけのこのうまに つくねのわふうあん② だいこんサラダ	牛乳 とりにく あぶらあげ くきわかめ	ごはん じゃがいも さとう あぶら でんぶん ごま パンこ	たけのこ にんじん いんげん こんにゃく たまねぎ だいこん きゅうり	604	24.3
26	火	ピラフ	牛乳	ABCスープ あじフライ ヨーグルト	牛乳 とりにく ベーコン あじ だいすこ ヨーグルト	ごはん バター マカロニ じゃがいも パンこ さとう でんぶん こむぎこ あぶら	たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム にんにく キャベツ	650	30.2
27	水	ちゅうかめん	牛乳	とうにゅうタンタンメンのスープ いかチヂミ ちゅうかサラダ	牛乳 ぶたにく とうにゅう いか だいすこ	めん あぶら ごま こむぎこ ごまあぶら さとう	もやし ねぎ こまつな にんじん にんにく しょうが にら キャベツ きゅうり	673	25.3
28	木	ごはん	牛乳	にくじゃが さいのくになっとう たくあんあえ	牛乳 ぶたにく だいす	ごはん じゃがいも あぶら さとう ごま	たまねぎ にんじん いんげん しらたき たくあん もやし ほうれんそう	592	25.4
29	金	しょくパン	牛乳	クラムチャウダー バーベキューにこみハンバーグ コーンとほうれんそうのサラダ	牛乳 あさり ベーコン とりにく ぶたにく	パン じゃがいも あぶら こむぎこ バター でんぶん さとう	たまねぎ にんじん りんご にんにく ほうれんそう とうもろこし	603	24.7

※ごはん、パンの製造工場においては、卵、乳、ごまを含む製品を製造しています。
※地粉うどん、中華めんの製造工場においては、卵、そばを含む製品を製造しています。

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。
◆給食に関する行事については、各学校のおたよりで確認してください。

食器の気持ち

食器はみんなで使うものです。
大切にしましょう。



端午の節句

5月5日に行われる節句で、大昔の中国の厄よけの行事と、日本の田植えに関係する女性のお祭りが結びついたものといわれています。江戸時代になると、男の子の成長を祝う行事となりました。「菖蒲の節句」ともいわれ、菖蒲湯に入ったり、こいのぼりや武者人形を飾ったり、ちまきやかしわもちを食べたりします。