





5月献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p style="text-align: center;">今月の給食目標 楽しい給食環境をつくろう</p> <p>○教室をきれいにし、食事にふさわしい環境にしましょう。 ○楽しい話題で食事をしましょう。 ○決められた時間内で食事ができるようにしましょう。</p>				<p>1 2年なし</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・わかめごはん ・ピースクロック ・野菜のかつお節あえ ・すりごまのみそ汁 <p style="text-align: center;">アレルギー無し</p> <p style="text-align: center;">734 26.6 20.6</p>
<p style="text-align: center; color: red;">みどりの日</p> 	<p style="text-align: center; color: red;">こどもの日</p> 	<p style="text-align: center; color: red;">振替休日</p>  <p style="text-align: center;">アレルギー</p> <p style="text-align: center;">エネルギー たんぱく質 脂質</p>	<p style="text-align: center;">7</p> <p style="text-align: center;">＜カルシウム強化献立＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ごはん ・肉豆腐 ・大根じゃこサラダ ・抹茶プリン <p style="text-align: center;">大豆</p> <p style="text-align: center;">729 28.8 23.5</p>	<p style="text-align: center;">8 1年なし</p> <p style="text-align: center;">＜カルシウム強化献立＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・山菜おこわ ・ししゃもとちくわの磯辺揚げ ・おごりのサラダ ・呉汁 <p style="text-align: center;">大豆</p> <p style="text-align: center;">741 33.2 27.1</p>
<p style="text-align: center;">11</p> <p style="text-align: center;">＜体力アップ献立＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ジャンバラヤ ・クラムチャウダー ・ブルーベリーケーキ <p style="text-align: center;">卵</p> <p style="text-align: center;">722 25.7 25.9</p>	<p style="text-align: center;">12</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ごはん ・魚のごまだれ焼き ・わかめのサラダ ・塩豚汁 ・水ようかん <p style="text-align: center;">大豆</p> <p style="text-align: center;">745 36.3 23.1</p>	<p style="text-align: center;">13</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・開花丼 ・和風サラダ ・なめこのみそ汁 <p style="text-align: center;">卵・大豆</p> <p style="text-align: center;">739 31.2 25.2</p>	<p style="text-align: center;">14</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ツナチーズトースト ・ブロッコリーサラダ ・ミネストローネ ・ピーチゼリー <p style="text-align: center;">アレルギー無し</p> <p style="text-align: center;">775 30.5 32.8</p>	<p style="text-align: center;">15</p> <p style="text-align: center;">＜体力アップ献立＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・きびごはん ・かつおとじゃがいもの甘辛揚げ ・野菜のごまあえ ・五目汁 <p style="text-align: center;">大豆</p> <p style="text-align: center;">739 33.9 22.6</p>
<p style="text-align: center;">18</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・あんかけ焼きそば ・中華コーンスープ ・杏仁豆腐 <p style="text-align: center;">卵</p> <p style="text-align: center;">782 30.0 20.8</p>	<p style="text-align: center;">19</p> <p style="text-align: center;">＜体力アップ献立＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・鶏ごぼうおこわ ・ひじきの卵焼き ・こまつなサラダ ・みそ汁 <p style="text-align: center;">卵・大豆</p> <p style="text-align: center;">727 30.2 26.4</p>	<p style="text-align: center;">20</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・キムチチャーハン ・春巻き ・ワンタンスープ ・冷凍パイ <p style="text-align: center;">果物</p> <p style="text-align: center;">742 24.1 24.2</p>	<p style="text-align: center;">21</p> <p style="text-align: center;">＜体力アップ献立＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・キーマカレーライス ・コーンと豆のサラダ ・メロン <p style="text-align: center;">大豆・果物</p> <p style="text-align: center;">774 28.2 22.3</p>	<p style="text-align: center;">22</p> <p style="text-align: center;">＜疲労回復献立＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ごはん ・豚肉の生姜焼き ・野菜のごま酢あえ ・豆乳みそ汁 ・レモンスカッシュゼリー <p style="text-align: center;">豆乳・大豆</p> <p style="text-align: center;">756 30.9 26.3</p>
<p style="text-align: center; color: red;">運動会振替休日</p> 	<p style="text-align: center;">26</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・回鍋肉丼 ・パリパリじゃこサラダ ・タピオカポンチ <p style="text-align: center;">アレルギー無し</p> <p style="text-align: center;">740 24.4 19.9</p>	<p style="text-align: center;">27</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ごはん ・新じゃがのそぼろ煮 ・みそドレサラダ ・冷凍りんご <p style="text-align: center;">もやし</p> <p style="text-align: center;">746 24.4 21.6</p>	<p style="text-align: center;">28</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・フレンチトースト ・アスパラサラダ ・ポークビーンズ ・ぶどうゼリー <p style="text-align: center;">卵・大豆</p> <p style="text-align: center;">816 31.2 31.0</p>	<p style="text-align: center;">29</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ごはん ・鰯フライ ・キャベツの塩昆布あえ ・鶏汁 <p style="text-align: center;">アレルギー無し</p> <p style="text-align: center;">735 32.8 24.3</p>



☆献立は都合により変更になることがあります。

☆「アレルギー」は飲用牛乳以外のアレルギーを表示しています。

☆食物アレルギーをお持ちの方で、使用食材一覧が必要な場合は栄養士へ連絡してください。