



5月 献立表



月		火		水		木		金		土	
今月の給食指導目標 「衛生的な習慣を身に付けよう」						1		2		3	
エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g)		基準 830 30.0 25.0		今月の平均 785 31.4 25.1		ネギ塩豚丼 野菜のレモン醤油和え じゃが芋と小松菜のみそ汁 牛乳		たけのごご飯 魚と大根の揚げ煮 すまし汁 白玉入り水ようかん 牛乳		法記念日	
※献立は都合により変更する場合があります。						4組 合同交流会					
※詳しい食材が入っている献立表が必要な方は、栄養士までご連絡ください。						789 33.0 25.7		847 36.5 26.1			
5		6		7		8		9		10	
こどもの日		振替休日		マーボー豆腐丼 酸辣湯 フルーツヨーグルト 牛乳		ご飯 魚のあけぼの焼き ぜんまいの煮物 かぶと豆腐のみそ汁 牛乳 新潟 郷土料理		キャロットライス 鶏肉のトマトソースがけ パリパリサラダ ABCスープ 牛乳		給食は ありません	
				860 36.4 26.3		735 33.4 24.9		781 28.2 30.2			
12		13		14		15		16		17	
ハヤシライス マストレサラダ 果物 牛乳		ご飯 コロッケ 海藻サラダ 具だくさんみそ汁 牛乳 4組 校外学習		ジャージャー麺 大根とわかめの中華和え 春雨スープ 牛乳		ご飯 魚の照り焼き みそドレサラダ 沢煮碗 牛乳		ご飯 油淋鶏 小松菜とひじきの中華サラダ ワンタンスープ 牛乳		給食は ありません	
835 27.5 25.2		741 23.3 22.9		760 32.8 22.3		750 33.3 24.0		809 29.4 28.7		エネルギーたんぱく質脂質	
19		20		21		22		23		24	
こぎつねご飯 ししゃもの包み揚げ 糸寒天と大根のサラダ 吉野汁 牛乳 食育の日		家常豆腐丼 レモンドレッシングサラダ 野菜スープ 牛乳		ご飯 肉じゃが 野菜のおかか和え 白ごまプリン 牛乳		チリビーンズライス 洋風サラダ キャベツとベーコンのスープ 牛乳		五目うどん 竹輪の磯辺揚げ あしたばケーキ 牛乳		米粉のカツカレーライス カラフルサラダ 紅白ゼリー 牛乳 運動会献立	
758 33.0 26.0		805 35.7 28.2		779 26.7 20.4		793 30.5 27.2		732 28.9 28.3		809 31.7 18.7	
26		27		28		29		30		31	
振替休業日		チーズタッカルビ丼 トック入りスープ フルーツレモン寒天 牛乳		わかめご飯 ふくさ卵焼き 五目きんぴら キャベツと玉葱のみそ汁 牛乳		ハニーレモントースト ハンガリアンシチュー ベーコン入りサラダ 牛乳		ご飯 魚の竜田揚げ たこと海藻の酢の物 たけのこと豆腐のみぞ汁 果物 牛乳		しっかり 手を洗おう！	
		819 29.5 22.9		749 32.5 23.0		774 26.7 33.7		766 39.8 17.0			

※献立は都合により変更する場合があります。

※詳しい食材が入っている献立表が必要な方は、栄養士までご連絡ください。