



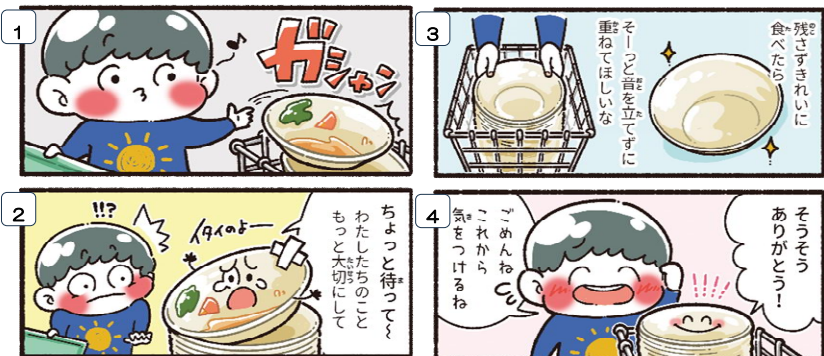
日	曜	主食	牛乳	おかず	血や肉、骨や歯になる食品(赤)	熱や力のもとになる食品(黄)	からだの調子を整える食品(緑)	1人分 kcal	たんぱく質 g
1	金	きなこ揚げパン	牛乳	ミネストローネ 肉だんご② ゆで野菜サラダ(コーンクリームドレッシング)	牛乳 きなこ ベーコン 鶏肉	パン 油 砂糖 じゃがいも パン粉 でん粉	玉葱 キャベツ 人参 トマト ブロッコリー とうもろこし プレーン レモン	753	28.5
7	木	そばろごはん	牛乳	すまし汁 かつおカツ 柏餅	牛乳 鶏肉 わかめ 豆腐 かつお	ごはん 砂糖 油 パン粉 小麦粉 でん粉 もち粉 上新粉	生姜 ごぼう 人参 筍 小松菜 玉葱 小豆	854	34.5
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焼き コーンポテト	牛乳 ベーコン 鶏肉 豚肉 チーズ のり	パン 小麦粉 油 パン粉 でん粉 砂糖 ごま じゃがいも	玉葱 人参 キャベツ トマト パセリ にんにく とうもろこし	817	37.9
11	月	ごはん	牛乳	野菜椀 ソースカツ 切干大根のカレーきんぴら	牛乳 生揚げ 鶏肉 豚肉	ごはん じゃがいも 油 砂糖 パン粉 小麦粉 でん粉	大根 玉葱 葱 人参 にんにく ごぼう 白滝	847	32.5
12	火	わかめごはん	牛乳	厚揚げの五目煮 ささみとひじきのサラダ アセロラゼリー	牛乳 わかめ 生揚げ 豚肉 鶏肉 ひじき	ごはん 油 砂糖 ごま でん粉	玉葱 人参 筍 いんげん キャベツ 胡瓜 アセロラ	789	32.9
13	水	地粉うどん	牛乳	ぎつねうどんの汁 いかの天ぷら こまつなサラダ	牛乳 油揚げ 鶏肉 わかめ いか まぐろ	うどん 砂糖 小麦粉 でん粉 油	葱 人参 椎茸 小松菜 キャベツ とうもろこし	808	39.9
14	木	ごはん	牛乳	春雨スープ ショーロンポー② ホイコーロー	牛乳 ベーコン 豚肉 鶏肉 大豆粉 生揚げ	ごはん 春雨 ごま油 油 砂糖 でん粉 小麦粉	玉葱 もやし 人参 小松菜 椎茸 キャベツ ピーマン にんにく 生姜	772	31.0
15	金	ツイストパン	牛乳	コーンとアスパラのシチュー 白身魚フリッター② キャベツサラダ	牛乳 鶏肉 たら のり	パン じゃがいも 油 小麦粉 バター でん粉 砂糖 米粉	玉葱 アスパラ とうもろこし キャベツ 人参	795	27.8
18	月	ごはん	牛乳	麻婆豆腐 揚げ餃子② もやしのナムル	牛乳 豆腐 豚肉 鶏肉 大豆粉	ごはん 油 砂糖 でん粉 ごま油 小麦粉 ごま	葱 人参 筍 たら 椎茸 にんにく 生姜 キャベツ もやし 小松菜	795	31.1
19	火	ごはん	牛乳	豚汁 さばの生姜焼き 荳わかめサラダ	牛乳 豚肉 豆腐 さば 荳わかめ	ごはん じゃがいも 油 砂糖 ごま油 ごま	大根 ごぼう 葱 人参 こんにゃく 生姜 胡瓜 とうもろこし	814	38.1
20	水	コッパン スライス	牛乳	和風ミートベンネ 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 豚肉 ウインナー	パン マカロニ 油 バター 砂糖	玉葱 人参 にんにく 生姜 ブロッコリー キャベツ とうもろこし	805	33.4
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 豚肉 大豆 チーズ	ごはん じゃがいも 小麦粉 油 砂糖 でん粉	玉葱 人参 にんにく 生姜 ひよこ豆 キャベツ 胡瓜	817	25.4
22	金	子供パン	牛乳	豆腐とたまごのスープ メンチカツ(中濃ソース) ごぼうサラダ(ごまドレッシング)	牛乳 豆腐 たまご 鶏肉 豚肉 ひじき	パン 油 でん粉 パン粉 小麦粉 砂糖 ごま	玉葱 人参 小松菜 椎茸 ごぼう れんこん	816	30.5
25	月	ごはん	牛乳	だけのこうま煮 つくねの和風あん② 大根サラダ	牛乳 鶏肉 油揚げ 荳わかめ	ごはん じゃがいも 砂糖 油 でん粉 ごま パン粉	筍 人参 いんげん こんにゃく 玉葱 大根 胡瓜	764	29.0
26	火	ピラフ	牛乳	ABCスープ あじフライ ヨーグルト	牛乳 鶏肉 ベーコン あじ 大豆粉 ヨーグルト	ごはん バター マカロニ じゃがいも パン粉 砂糖 でん粉 小麦粉 油	玉葱 人参 ピーマン マッシュルーム にんにく キャベツ	797	35.8
27	水	中華めん	牛乳	豆乳タンタンメンのスープ いかチヂミ 中華サラダ	牛乳 豚肉 豆乳 いか 大豆粉	めん 油 ごま 小麦粉 ごま油 砂糖	もやし 葱 小松菜 人参 にんにく 生姜 たら キャベツ 胡瓜	784	29.9
28	木	ごはん	牛乳	肉じゃが 彩の国なっとう たくあん和え	牛乳 豚肉 大豆	ごはん じゃがいも 油 砂糖 ごま	玉葱 人参 いんげん 白滝 たくあん もやし ほうれん草	780	32.1
29	金	食パン	牛乳	クラムチャウダー バーベキュー煮込みハンバーグ コーンとほうれん草のサラダ	牛乳 あさり ベーコン 鶏肉 豚肉	パン じゃがいも 油 小麦粉 バター でん粉 砂糖	玉葱 人参 りんご にんにく ほうれん草 とうもろこし	825	32.5

※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。