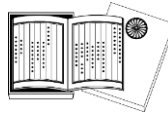

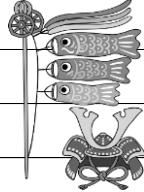

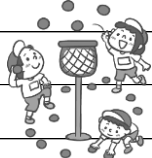


# 5月予定献立表



月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
ごはん 牛乳 さつまい ちくわのカレーあげ あさり昆布	こめこ 米粉コッペパン 牛乳 ポトフ たまごロール ミニトマト (2こ)	けんぽう きねん び 憲法記念日 	みどりの日 	こどもの日 
8	9	10	11	12
むぎめし 麦飯 牛乳 こめこ 米粉のキーマカレー ふくじんづけ 福神漬 フルーツのゼリーあえ	しょう 小ごはん 牛乳 しっぽくうどん しらす入りかきあげ バナナ (1/2ほん)	ごはん 牛乳 ぶた肉といもの南蛮煮 にしんのしょうが煮	しょく 食パン 牛乳 カブのクリームシチュー ハムカツ おんやさい 温野菜 パック中濃ソース	ごはん 牛乳 くろ 黒マーボー豆腐 からしあえ スイートポテト
15	16	17	18	19
ごはん 牛乳 はっほうさい 八宝菜 てつわん 鉄腕ギョーザ	あげパン 牛乳 チャウダー わかどりハーブステーキ バナナ (1/2ほん)	むぎい 麦入わかめごはん 牛乳 フィッシュボール吉野煮 みず な 水菜のおひたし れいとう 冷凍パイナップル	こめこしょう 米粉小コッペパン 牛乳 スパゲティナポリタン ほうれん草オムレツ ゆでアスパラ パックマヨネーズ	ごはん 牛乳 さげ 鮭のごまみそなべ きくらげと根菜のいため煮 グレープフルーツ (ルビー)
22	23	24	25	26
むぎめし 麦飯 牛乳 カレー ふくじんづけ 福神漬 フルーツカクテル	しょう 小ごはん 牛乳 チャンポンめん やわらか肉団子 バナナ (1/2ほん) チーズ	ごはん 牛乳 かほちゃ団子のとろとろ汁 ホキフライ オレンジ	お弁当の日 	ごはん 牛乳 あつ チンゲンサイと厚揚げのピリからいため もやしのおひたし あじ 味つきのり
29	30	31	1食あたりの 予定平均摂取量 (摂取基準量)	
振替休業 	ごはん 牛乳 とうふ おやこ たまご 豆腐の親子卵とじ ちゅうか 中華あえ やきプリンタルト	ごはん 牛乳 まめ じる 豆とん汁 かまぼこの照り煮 おうとうシャーベット	エネルギー：633kcal たんぱく質：25g 脂 質：20g 食塩相当量：2.2g ※中学年の量を記載しています	