






5月1日(月)

～ 5月7日(日)

予約票提出: 3月9日(木) 2時間目の休み時間まで

<p>1 (月)</p>	<p>●ごはん ▲鶏肉の照り焼き ■じゃがいものカレー煮 ◆たまご入りみそ汁 ▼みかん缶 ○牛乳</p> <p>【エネルギー 860kcal】 【蛋白質 34.4g】 【脂質 24.7g】 【食塩相当量 2.8g】</p> <p>●米 麦 ▲とり肉 しょうゆ 酒 こしょう なし 三温糖 でんぶん ■じゃがいも サラダ油 おろししょうが たまねぎ にんじん しょうゆ カレー粉 三温糖 みりん 酒 でんぶん かつおぶし グリンピース ◆キャベツ 油揚げ 卵 わかめ 赤みそ 白みそ かつおぶし ▼みかん缶 ○牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>
<p>2 (火)</p>	<p>●セルフホットドック ▲コーンサラダ ■アスパラクリームシチュー ◆ポップビーンズ(お茶味)5/2八十八夜 ▼牛乳</p> <p>【エネルギー 824kcal】 【蛋白質 35.5g】 【脂質 40.2g】 【食塩相当量 3.7g】</p> <p>●コッペパン ウインナー ケチャップ ▲キャベツ こまつな にんじん コーン レモン果汁 サラダ油 しょうゆ 砂糖 塩 こしょう たまねぎ ■マーガリン 小麦粉 サラダ油 とり肉 たまねぎ ベーコン にんじん じゃがいも マッシュルーム スープの素 こしょう ローリエ 白ワイン クリームコーン 牛乳 スキムミルク 塩 アスパラガス 生クリーム ◆大豆 でんぶん 油 塩 せん茶 ▼牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>
<p>3 (水)</p>	 <p>憲法記念日</p>	
<p>4 (木)</p>	<p>みどりの日</p> 	
<p>5 (金)</p>	 <p>こどもの日</p>	

5月8日(月)

～ 5月14日(日)

<p>8 (月)</p>	<p>●たけのこごはん(5/5こどもの日) ▲かつおのみそ和え(5/5こどもの日) ■小松菜のピリ辛和え ◆湯葉のたまご入りすまし汁 ▼いちごクレープ ○牛乳</p> <p>【エネルギー 850kcal】 【蛋白質 43.3g】 【脂質 26.8g】 【食塩相当量 3.6g】</p> <p>●米 麦 かつおぶし 酒 油揚げ にんじん たけのこ しょうゆ 三温糖 塩 ▲かつおまわり節 酒 凍りとうふ でんぶん 米粉 大豆油 赤みそ しょうゆ 三温糖 みりん ■こまつな もやし にんじん 豆板醤 おろしにんにく 砂糖 しょうゆ 酒 サラダ油 ◆卵 みずな にんじん ゆば ふ 薄肉しょうゆ 塩 かつおぶし でんぶん ▼豆乳 糖類 油脂 米粉 いちご レモン果汁 でんぶん 増粘剤 大豆レシチン 増粘多糖類 香料 凝固剤 酸味料 メタリン酸Na カラメル 紅麹 ベーキングパウダー ビロリン酸第二鉄 カロチノイド ○牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>
<p>9 (火)</p>	<p>●きな粉揚げパン ▲鶏肉と春野菜のスープ煮 ■キャベツと大豆のツナサラダ ◆はちみつレモンゼリー ▼牛乳</p> <p>【エネルギー 821kcal】 【蛋白質 31.6g】 【脂質 31.8g】 【食塩相当量 2.6g】</p> <p>●ツイストパン 油 砂糖 きな粉 塩 ▲とり肉 ベーコン キャベツ じゃがいも かぶ にんじん たまねぎ セロリー サラダ油 おろしにんにく 白ワイン しょうゆ 塩 こしょう コンソメ ■大豆 ひじき にんじん キャベツ 酢 しょうゆ 砂糖 塩 ごま油 ごま ツナフレーク ▼豆乳 糖類 油脂 米粉 いちご レモン果汁 でんぶん 増粘剤 大豆レシチン 増粘多糖類 香料 凝固剤 酸味料 メタリン酸Na カラメル 紅麹 ベーキングパウダー ビロリン酸第二鉄 カロチノイド ○牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>
<p>10 (水)</p>	<p>●ごはん ▲ししゃもの更紗揚げ ■小松菜の海苔和え ◆肉じゃが ▼みかん缶 ○牛乳</p> <p>【エネルギー 811kcal】 【蛋白質 29.9g】 【脂質 21.2g】 【食塩相当量 1.6g】</p> <p>●米 麦 ▲ししゃも おろししょうが 酒 カレー粉 米粉 でんぶん 大豆油 ■こまつな キャベツ にんじん しょうゆ みりん 酒 のり ◆豚肉 牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん こんにゃく サラダ油 しょうゆ 三温糖 みりん 酒 かつおぶし さやいんげん ▼みかん缶 ○牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>
<p>11 (木)</p>	<p>●ごはん ▲鶏肉のから揚げ ■小松菜のからし和え ◆みそ汁 ▼牛乳プリン ○牛乳</p> <p>【エネルギー 810kcal】 【蛋白質 30.5g】 【脂質 22.9g】 【食塩相当量 2.1g】</p> <p>●米 麦 ▲とり肉 おろししょうが おろしにんにく 酒 しょうゆ でんぶん 小麦粉 油 ■こまつな もやし にんじん しょうゆ みりん からし ◆じゃがいも 豆腐 ふ わかめ 赤みそ 白みそ かつおぶし ▼牛乳 砂糖 練乳 ミルクカルシウム ゲル化剤 香料 ビロリン酸第二鉄 ○牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>
<p>12 (金)</p>	<p>●五目チャーハン ▲みそドレッシングサラダ ■具だくさん春雨スープ ◆黒糖大豆 ▼牛乳</p> <p>【エネルギー 817kcal】 【蛋白質 40.9g】 【脂質 26.4g】 【食塩相当量 3.6g】</p> <p>●米 麦 酒 みりん しょうゆ サラダ油 卵焼き 豚肉 しいたけ たまねぎ ながねぎ たけのこ なたと かき油 塩 こしょう ごま油 グリンピース ▲キャベツ にんじん もやし 油揚げ 赤みそ 砂糖 サラダ油 酢 しょうゆ ごま油 ごま ■豚肉 サラダ油 おろししょうが たまねぎ にんじん 塩 こしょう きくらげ しょうゆ 豚鶏スープ 春雨 はくさい いか えび 酒 こまつな ごま油 ◆大豆 黒砂糖 塩 でんぶん ▼牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>

★食材料の都合により内容が異なることがあります。

学校給食摂取基準: エネルギー 830kcal、たんぱく質※27～41.5g、脂質※ 18.4～27.7g、食塩相当量2.5g未満

★アレルギーのある人は、家族と相談してから予約して下さい。

※たんぱく質: 学校給食による摂取エネルギー比13～20%、脂質: 学校給食による摂取エネルギー比20～30%