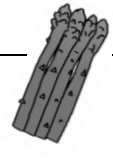

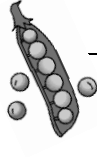

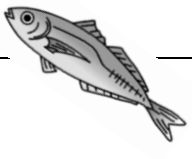






6 (月)	祝日の振替休日		
7 (火)	<p>●ツナポテの胚芽トースト ▲春アスパラのサラダ ■コーンポタージュ ◆ポップビーンズ(お茶味)5/1八十八夜 ▼清見オレンジ(トロピカオレンジの交配種) ○牛乳</p> <p>【エネルギー 843kcal】 【蛋白質 33.0g】 【脂質 41.0g】 【食塩相当量 3.7g】</p> <p>●じゃがいも ツナフレーク たまねぎ パセリ こしょう 煎りごま 卵なしマヨネーズ 胚芽食パン ▲アスパラガス キャベツ にんじん サラダ油 酢 しょうゆ きび砂糖 こしょう 塩 卵焼き ■クリームコーン コーン たまねぎ パセリ コンソメ 塩 こしょう サラダ油 バター 小麦粉 牛乳 生クリーム ◆大豆 でんぷん 油 塩 せん茶 ▼きよみオレンジ ○牛乳</p>		給食 弁当
8 (水)	<p>◎旧2年YRさんの献立◎ ●五目炊込みごはん ▲さばの味噌煮 ■春雨サラダ ◆みそ汁 ▼牛乳</p> <p>【エネルギー 861kcal】 【蛋白質 33.2g】 【脂質 33.7g】 【食塩相当量 3.9g】</p> <p>●米 麦 油揚げ ごぼう にんじん こんにゃく 干しいたけ こんぶ しょうゆ 三温糖 酒 かつおぶし ▲さば 赤みそ 白みそ 三温糖 しょうゆ みりん しょうが 梅干し ながねぎ でんぷん ■ハム はるさめ きゅうり しょうゆ 酢 砂糖 ごま油 ◆豆腐 わかめ ながねぎ 赤みそ 白みそ かつおぶし こんぶ ▼牛乳</p>		給食 弁当
9 (木)	<p>●グリーンピースごはん ▲ししゃものパリパリ揚げ ■ミニガーリックチキン ◆にんじんしりしり ▼具汁 ○牛乳</p> <p>【エネルギー 804kcal】 【蛋白質 33.4g】 【脂質 26.5g】 【食塩相当量 2.5g】</p> <p>●米 こんぶ 塩 薄口しょうゆ グリンピース ▲ししゃも しその葉 ぎょうぎの皮 油 ■とり肉 にんにく 塩 白ワイン こしょう しょうゆ 豚鶏スープ でんぷん ◆にんじん ツナフレーク しょうゆ こしょう ごま油 ▼大豆 豚肉 酒 にんじん だいこん じゃがいも こんにゃく こまつな 豆乳 白みそ 赤みそ しょうゆ かつおぶし ○牛乳</p>		給食 弁当
10 (金)	<p>●ポークハヤシライス ▲マセドアンサラダ ■ローストアーモンド ◆オレンジ ▼牛乳</p> <p>【エネルギー 848kcal】 【蛋白質 29.9g】 【脂質 27.5g】 【食塩相当量 2.7g】</p> <p>●米 麦 豚肉 牛肉 たまねぎ たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース トマト缶 トマトピューレー ハヤシルー デミグラスソース 赤ワイン サラダ油 にんにく しょうが 生クリーム ▲キャベツ きゅうり 赤ピーマン じゃがいも コーン 酢 砂糖 薄口しょうゆ にんにく 塩 サラダ油 たまねぎ こしょう ■アーモンド ◆オレンジ ▼牛乳</p>		給食 弁当

13 (月)	<p>●ごはん ▲あじフィレフライ ■カレーきんぴら ◆かきたま汁 ▼グレープフルーツ ○牛乳</p> <p>【エネルギー 847kcal】 【蛋白質 30.3g】 【脂質 29.5g】 【食塩相当量 2.1g】</p> <p>●米 麦 ▲あじ 酒 こしょう 小麦粉 牛乳 パン粉 油 タルタルソース ミントマト ■じゃがいも 油 豚肉 ごぼう こんにゃく にんじん えだまめ サラダ油 カレー粉 三温糖 みりん しょうゆ 塩 ◆卵 こまつな にんじん たまねぎ 豆腐 きくらげ しょうゆ 塩 でんぷん かつおぶし ▼グレープフルーツ ○牛乳</p>		給食 弁当
14 (火)	<p>●のり塩揚げパン ▲ポークビーンズ(アメリカ料理) ■じゃこのマカロニサラダ ◆杏仁豆腐 ▼牛乳</p> <p>【エネルギー 805kcal】 【蛋白質 31.8g】 【脂質 29.9g】 【食塩相当量 2.5g】</p> <p>●ツイストパン 油 あおりの塩 ▲豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん セロリー 大豆 グリンピース サラダ油 ケチャップ トマト缶 三温糖 塩 しょうゆ チリパウダー ■わかめ キャベツ にんじん サラダ油 ごま油 酢 しょうゆ 塩 砂糖 マカロニ 米粉 油 ちりめんじゃこ ◆杏仁豆腐(乳・大豆製品使用) みかん缶 パイン缶 もも缶 砂糖 ▼牛乳</p>		給食 弁当
15 (水)	<p>●ごはん ▲青菜と卵の手作りふりかけ ■いかのコロコロ揚げ ◆なめたけあえ ▼どさんこ汁(北海道料理) ○牛乳</p> <p>【エネルギー 800kcal】 【蛋白質 33.9g】 【脂質 21.8g】 【食塩相当量 4.0g】</p> <p>●米 麦 ▲なめしの素 卵焼き ■いか しょうゆ しょうが 酒 でんぷん 小麦粉 油 みりん きび砂糖 煎りごま ◆こまつな もやし にんじん えのきたけ しょうゆ みりん 酒 ▼豚肉 にんじん じゃがいも 豆腐 コーン ながねぎ かつおぶし 白みそ 赤みそ バター ○牛乳</p>		給食 弁当
16 (木)	<p>◎旧2年YKさんの献立◎ ●ごはん ▲鶏肉のかりかり唐揚げ ■ほうれん草のツナコーンサラダ ◆かぼちゃの煮物 ▼みそ汁 ○牛乳</p> <p>【エネルギー 822kcal】 【蛋白質 31.0g】 【脂質 22.4g】 【食塩相当量 2.1g】</p> <p>●米 麦 ▲とり肉 しょうが にんにく 酢 酒 しょうゆ でんぷん 米粉 油 ■キャベツ ほうれん草 にんじん コーン 酢 サラダ油 しょうゆ 砂糖 塩 たまねぎ ツナフレーク ◆かぼちゃ 三温糖 みりん 酒 しょうゆ かつおぶし ▼じゃがいも 豆腐 ふ わかめ 赤みそ 白みそ かつおぶし ○牛乳</p>		給食 弁当
17 (金)	<p>●ごはん ▲ひじきふりかけ ■さばのカレー焼き ◆キャベツの昆布和え ▼わかめと新たけのこのみそ汁 ○オレンジ △牛乳</p> <p>【エネルギー 837kcal】 【蛋白質 31.9g】 【脂質 29.2g】 【食塩相当量 3.1g】</p> <p>●米 麦 ▲ひじき しょうゆ 三温糖 みりん 酒 煎りごま かつおぶし ■にんにく こしょう 白ワイン しょうゆ カレー粉 小麦粉 さば ◆キャベツ にんじん こまつな 塩こんぶ ▼ゆでたけのこ 油揚げ ぶなしめじ わかめ ふ 赤みそ 白みそ かつおぶし ○オレンジ △牛乳</p>		給食 弁当

★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%