

日 曜日 牛乳			献立名	血や肉になる		体の調子を整える		熱や力の元になる		栄養価
				1群	2群	3群	4群	5群	6群	エネルギー(Kcal) たんぱく質(g)
1	金		★こどもの日給食 山菜うどん スコッチエッグ ポテトのさっぱりサラダ 柏餅	油揚げ 沖アミなると うずら卵のスコッチエッグ	牛乳 さいころチーズ	にんじん こまつな ブロッコリー	山菜ミックス きくらげ ねぎ きゅうり	地粉うどん じゃがいも 柏餅	パンパンジードレッシング	811
										31.5
7	木		かつ丼 おひたし 味噌汁 冷凍みかん	鶏胸肉 かつお節 生揚げ 米味噌	牛乳 粉チーズ ひじき	ほうれん草 にんじん こまつな	キャベツ 玉葱 冷凍みかん	白飯 薄力粉 パン粉 三温糖	こめ油	810
										34.5
8	金		長崎ちゃんぽん 彩の国ニラまんじゅう 中華きゅうり チーズ	豚肉 うずら卵 いか えび 沖アミなると 彩の国ニラまんじゅう	牛乳 チーズで鉄分	こまつな にんじん	しょうが きくらげ キャベツ 玉葱 もやし きゅうり	ホット中華麺 かたくり粉 三温糖	こめ油 ごま油	712
										35.1
5月10日(日)・・・母の日 5月10(日)～13日(水)・・・3年生修学旅行(振替休業日含む)です♪										
11	月		ご飯 豚肉のごまだれ 大根とブロッコリーのサラダ 小松菜とたまごのスープ	豚肉 豚レバー 凍り豆腐 鶏卵	牛乳	ブロッコリー こまつな にんじん	しょうが 大根 きゅうり 干し椎茸 玉葱	白飯 三温糖 かたくり粉	こめ油 ごま 柚子かつおドレッシング	809
										33.2
12	火		黒パン ソース焼きそば ウインナーソティ スティック野菜	豚肉 Feウインナー	牛乳 あおのり さくらえび	にんじん	玉葱 キャベツ もやし 大根 きゅうり	黒パン 蒸し中華麺	こめ油 和風ドレッシング	795
										29.5
13	水		ご飯 鮭の味噌マヨネーズ焼き 切り干し大根の炒り煮 すいとんスープ	さけ 米味噌 焼きちくわ 油揚げ 鶏モモ肉	牛乳 粉チーズ	にんじん さやいんげん とうがらし こまつな	切り干し大根 キャベツ 大根 ねぎ パセリ	白飯 三温糖 すいとん	マヨネーズ こめ油	766
										33.9
14	木		抹茶入りきなこ揚げパン わんたんスープ ヘルシーサラダ ヨーグルト	きな粉 豚肉 ツナフレーク	牛乳 元気ヨーグルト	にんじん こまつな 抹茶	玉葱 もやし ねぎ きくらげ キャベツ きゅうり ごぼう	コッペパン 三温糖 ウェーブワンタン	こめ油 パンパンジードレッシング	750
										27.6
15	金		カレーライス 大豆のかりかり揚げ 手作り福神漬け	豚肉 大豆	牛乳 とろけるチーズ 剣えび唐揚げ	にんじん	玉葱 にんにく しょうが きゅうり 大根	麦ご飯 じゃがいも 三温糖 カレールウ	こめ油	883
										27.8
18	月		ご飯 八宝菜 あじフリッター きゅうりのびりっと漬け	豚肉 えび いか うずら卵 あじフリッター	牛乳	にんじん チンゲンサイ とうがらし	しょうが たけのこ キャベツ きくらげ きゅうり 玉葱	白飯 かたくり粉	こめ油 ごま油	808
										32.9
19	火		★食育の日・・・季節食材の和風献立 玄米入りご飯 鯉の香り揚げ こんにゃくとめじのゴリ辛炒め 春キャベツの味噌汁	かつお 油揚げ 米味噌 豚肉	牛乳 わかめ	こまつな さやいんげん とうがらし	しょうが キャベツ ねぎ しめじ ごぼう	発芽玄米入りご飯 かたくり粉 こんにゃく 三温糖 カレー粉	こめ油	750
										34.1
20	水		★新メニューの献立 食パン・チョコパテ チキンとグリーンピースのクリーム煮 オムレツ コーンサラダ	ポパイチーズオムレツ 鶏胸肉	牛乳 とろけるチーズ	にんじん	玉葱 グリーンピース キャベツ きゅうり コーン	山型食パン Feパテチョコレート マカロニ シチューベース	こめ油 イタリアンドレッシング	848
										33.5
21	木		ご飯 ホイコーロー たこナゲット わかめスープ	豚肉 生揚げ 米味噌 トウバンジャン Feたこナゲット うずら卵 沖アミなると	牛乳 わかめ	青ピーマン にんじん こまつな	キャベツ にんにく しょうが ねぎ	白飯 三温糖	ごま油 ごま	731
										29.7
22	金		ごま味噌ラーメン 揚げギョーザ ごぼうのかみかみサラダ	豚挽肉 米味噌 鉄餃子 ハム	牛乳	こまつな にんじん	しょうが にんにく 玉葱 もやし ごぼう ねぎ 大根 コーン きゅうり	ホット中華麺	こめ油 ごま 中華ドレッシング	810
										30
25	月		ご飯 じゃが豚キムチ 厚焼き玉子 ほうれん草のサラダ	豚肉 さつま揚げ ひじき入り厚焼き玉子 ツナフレーク	牛乳 わかめ ソフールストロベリー	にんじん にら ほうれん草	玉葱 白菜キムチ きゅうり	白飯 じゃがいも こんにゃく 三温糖	こめ油	811
										32.4
26	火		ハムカツチーズサンド ブロッコリーのサラダ ミネストローネ	ハム 鶏卵 ベーコン	牛乳 スライスチーズ	にんじん ほうれん草 ブロッコリー トマト缶詰 トマトピューレ ケチャップ	セロリ にんにく 玉葱 キャベツ きゅうり コーン	子供パンスライス 薄力粉 パン粉 マカロニ じゃがいも	こめ油 イタリアンドレッシング	886
										32.4
5月27日(水)・・・「写生会」 お弁当の用意をお願いします！！										
28	木		わかめご飯 鶏肉のからあげ 大豆の磯煮 野菜碗	鶏胸肉 大豆 さつま揚げ 生揚げ 米味噌	牛乳 ひじき	さやいんげん にんじん こまつな	にんにく 大根 ねぎ ごぼう	わかめご飯 かたくり粉 薄力粉 こんにゃく 三温糖 じゃがいも	こめ油	780
										34.7
29	金		玉子とじうどん 抹茶パンケーキ アスパラ入り野菜炒め	鶏胸肉 沖アミなると 鶏卵 さつま揚げ	牛乳 粉チーズ さいころチーズ	にんじん こまつな ほうれん草 アスパラガス 抹茶	ねぎ キャベツ	地粉うどん ホットケーキミックス 甘納豆	こめ油	857
										34
給食回数 17 回 食材の都合により献立を変更する場合があります。										