

5月(第2週目)の給食

5月10日(月)

麦ごはん
筑前煮
青菜のおかか和え
牛乳

- 血や肉をつくる
鶏肉・かつお節・牛乳
- 熱や力の素になる
精白米・押麦・強化米
里芋・こんにゃく・砂糖・植物油
- 体の調子を整える
人参・蓮根・ごぼう・干し椎茸
いんげん・ほうれん草・小松菜



5月11日(火)

新 焼うどん
じゃこサラダ
ソフトチーズ

- 血や肉をつくる
豚肉・かまぼこ・かつお節
しらす干し・チーズ
- 熱や力の素になる
うどん・植物油・ごま油
- 体の調子を整える
キャベツ・玉葱・人参・生姜
葱・ブロッコリー



5月12日(水)

麦ごはん
新 魚の外付けかけ
わかめとキャベツのサラダ
牛乳

- 血や肉をつくる
サワラ・わかめ・卵・牛乳
- 熱や力の素になる
精白米・押麦・強化米・マヨネーズ
片栗粉・植物油・砂糖・オリーブ油
- 体の調子を整える
玉葱・パセリ・トマト
キャベツ・きゅうり



5月13日(木)

麦ごはん
麻婆豆腐
新 切干し大根の中華風和え
アシドミルク

- 血や肉をつくる
豚肉・豆腐・味噌
ロースハム・アシドミルク
- 熱や力の素になる
精白米・押麦・強化米
砂糖・片栗粉・ごま油・ごま
- 体の調子を整える
人参・玉葱・葱・にんにく・生姜
切干し大根・きゅうり



5月14日(金)

誕生会

ちらしずし
鶏の唐揚げ
新 かりかりきゅうり
みかんゼリー

- 血や肉をつくる
錦糸卵・桜でんぶ・鶏肉
- 熱や力になる
精白米・強化米・砂糖
片栗粉・植物油・みかんゼリー
- 体の調子を整える
人参・蓮根・干し椎茸・絹さや
トマト・きゅうり

