

5月(第4週目)の給食

5月24日(月)

麦ごはん
鶏肉と里芋の旨煮
ほうれん草のお浸し
牛乳

- 血や肉をつくる
鶏肉・牛乳
- 熱や力の素になる
精白米・押麦・強化米
里芋・砂糖・植物油
- 体の調子を整える
人参・干し椎茸・いんげん
ほうれん草



5月25日(火)

チキンカレー
フレンチサラダ
牛乳

- 血や肉をつくる
鶏肉・牛乳
- 熱や力の素になる
精白米・強化米・じゃがいも
植物油・砂糖
- 体の調子を整える
玉葱・人参・コーン・いんげん
キャベツ・きゅうり



5月26日(水)

チキンライス
⑧ 魚のパン粉焼き
⑧ さっぱりサラダ
アシドミルク

- 血や肉をつくる
鶏肉・アジ・卵・粉チーズ・アシドミルク
- 熱や力の素になる
精白米・強化米・オリーブ油
植物油・砂糖・パン粉
- 体の調子を整える
玉葱・マッシュルーム・人参
キャベツ・グリーンピース・パセリ
きゅうり・パイン(缶)



5月27日(木)

⑧ ちゃんぽん
フライドポテト
ソフトチーズ

- 血や肉をつくる
豚肉・あさり(缶)・かまぼこ
青のり・チーズ
- 熱や力の素になる
ちゃんぽん麺・ごま油
じゃがいも・植物油
- 体の調子を整える
キャベツ・人参・玉葱・もやし
きくらげ・にんにく・生姜



5月28日(金)

麦ごはん
⑧ ひじき入りつくね焼き
野菜炒め
牛乳

- 血や肉をつくる
鶏肉・豆腐・味噌
干ひじき・青のり・牛乳
- 熱や力になる
精白米・押麦・強化米・砂糖
植物油・ごま・ごま油
- 体の調子を整える
玉葱・人参・生姜・キャベツ
もやし・ピーマン

