

5月(第4週目)の給食

5月23日(月)

麦ごはん
シュンユイ
春雨の酢の物
アシドミルク

- 血や肉をつくる
メルルーサ・アシドミルク
- 熱や力の素になる
精白米・押麦・植物油・ごま油
片栗粉・砂糖・春雨
- 体の調子を整える
生姜・小葱・ほうれん草・人参



5月24日(火)

麦ごはん
豚肉の南部焼き
キャベツとちくわのマヨサラダ
牛乳

- 血や肉をつくる
豚肉・竹輪・牛乳
- 熱や力の素になる
精白米・押麦・白ごま・ごま油
砂糖・マヨネーズ
- 体の調子を整える
玉葱・生姜・キャベツ・コーン



5月25日(水)

食パン
牛肉と大豆のメキシコ風
コーンサラダ
牛乳

- 血や肉をつくる
牛肉・大豆・牛乳
- 熱や力になる
食パン・オリーブ油
植物油・砂糖
- 体の調子を整える
玉葱・人参・ピーマン・にんにく
コーン・キャベツ・きゅうり



5月26日(木)

麦ごはん
鶏肉の香味焼き
ひじきの和風サラダ
アシドミルク

- 血や肉をつくる
鶏肉・ひじき・ツナ缶
アシドミルク
- 熱や力の素になる
精白米・押麦・砂糖・マヨネーズ
- 体の調子を整える
生姜・きゅうり・人参



5月27日(金)

ゆかりごはん
炒り豆腐
ほうれん草のおかか和え
牛乳

- 血や肉をつくる
鶏ひき肉・木綿豆腐・牛乳
- 熱や力になる
精白米・押麦・植物油・砂糖
- 体の調子を整える
ゆかり・人参・玉葱・小松菜
干し椎茸・ほうれん草・しめじ

