

# 5月(第2週目)の給食

5月8日(月)

- ・ハヤシライス
- ・春野菜のサラダ
- ・アシドミルク



- 血や肉をつくる●  
豚肉・ツナ・アシドミルク

- 熱や力の素になる●  
金芽米・植物油・砂糖

- 体の調子を整える●  
玉ねぎ・人参・マッシュルーム  
キャベツ・アスパラガス  
スナップエンドウ

5月9日(火)

- ・ごはん
- ・肉じゃが
- ・ひじきのサラダ
- ・牛乳



- 血や肉をつくる●  
牛肉・ひじき・牛乳

- 熱や力の素になる●  
金芽米・じゃがいも・植物油  
砂糖・マヨネーズ

- 体の調子を整える●  
玉ねぎ・人参・キャベツ  
きゅうり

5月10日(水)

- ・ごはん
- ・豚肉の甘酢煮
- ・青菜のナムル
- ・牛乳



- 血や肉をつくる●  
豚肉・牛乳

- 熱や力の素になる●  
金芽米・植物油・砂糖・白ごま  
ごま油

- 体の調子を整える●  
玉ねぎ・人参・きくらげ  
いんげん・チンゲン菜・コーン

5月11日(木)

- ・カレーサンド
- ・フライドポテト
- ・バナナ
- ・りんごジュース



- 血や肉をつくる●  
豚ミンチ・青のり

- 熱や力の素になる●  
ロールパン・植物油・パン粉  
じゃがいも

- 体の調子を整える●  
玉ねぎ・人参・バナナ  
りんごジュース

5月12日(金)

- ・ごはん
- ・魚の照り焼き
- ・味噌ドレッシング  
サラダ
- ・すまし汁



- 血や肉をつくる●  
メルルーサ・味噌・豆腐  
わかめ

- 熱や力の素になる●  
金芽米・砂糖・植物油

- 体の調子を整える●  
生姜・キャベツ・人参・きゅうり  
えのき