

# 5月(第5週目)・6月(第1週目)の給食

5月29日(月)

- ごはん
- シュンユイ
- ポテトサラダ
- 牛乳



- 血や肉をつくる●  
メルルーサ・牛乳

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

- 体の調子を整える●  
生姜・小ねぎ・きゅうり・人参

5月30日(火)

- ごはん
- 鶏肉の香味焼き
- さっぱりサラダ
- 野菜スープ



- 血や肉をつくる●  
鶏肉

- 熱や力の素になる●  
金芽米・砂糖・植物油・じゃがいも

- 体の調子を整える●  
生姜・キャベツ・きゅうり・パイン  
パセリ・玉ねぎ・人参

5月31日(水)

- ごはん
- 人参みそつくね
- 海藻サラダ
- アシドミルク



- 血や肉をつくる●  
豚ひき肉・豆乳・米みそ・わかめ

- 熱や力の素になる●  
金芽米・パン粉・三温糖・砂糖  
ごま油

- 体の調子を整える●  
玉ねぎ・人参・生姜・キャベツ

6月1日(木)

- キーマカレー
- フレンチサラダ
- 牛乳



- 血や肉をつくる●  
合挽き・いんげん・大豆  
牛乳

- 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・にんにく・コーン  
トマト・キャベツ・きゅうり

6月2日(金)

- ごはん
- 豚肉とピーマンの  
中華炒め
- かぼちゃとツナの  
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・ごま油・三温糖  
片栗粉・マヨネーズ

- 体の調子を整える●  
ピーマン・パプリカ・玉ねぎ  
にんにく・南瓜・パセリ