

5月(第2週目)の給食

5月5日(月)

こどもの日

5月6日(火)

振替休日

5月7日(水)

- ・ごはん
- ・鮭のごま照り焼き
- ・切り干し大根の
中華風和え
- ・みそ汁



●血や肉をつくる●
鮭・わかめ・みそ・いりこ

●熱や力の素になる●
金芽米・砂糖・植物油・ごま
ごま油

●体の調子を整える●
生姜・切干大根・ほうれん草
人参・玉ねぎ

5月8日(木)

- ・ドライカレー
- ・じゃこサラダ
- ・牛乳



●血や肉をつくる●
合びきミンチ・しらす干し・牛乳

●熱や力の素になる●
金芽米・植物油・砂糖・ごま油

●体の調子を整える●
玉ねぎ・人参・ピーマン
トマト・キャベツ・きゅうり

5月9日(金)

- ・ごはん
- ・豚肉とごぼうの
しぐれ煮
- ・豆乳みそ汁
- ・いりこ



●血や肉をつくる●
豚肉・豆乳・みそ・いりこ

●熱や力の素になる●
金芽米・砂糖・植物油・ごま油

●体の調子を整える●
ごぼう・人参・生姜・えのき
玉ねぎ・キャベツ