５月（第5週目）の給食

５月26日（月）

- ごはん
- 豚肉のしょうが焼き
- みそドレッシング
  サラダ
- コーンスープ
- いりこ

●血や肉をつくる●
豚肉・ハム・みそ・いりこ

●熱や力の素になる●
金芽米・砂糖・植物油

●体の調子を整える●
玉ねぎ・生姜・キャベツ・人参
きゅうり・コーン

５月27日（火）

- ゆかりごはん
- 鶏肉のから揚げ
- ごまマヨネーズサラダ
- いりこ

●血や肉をつくる●
鶏肉・チーズ・いりこ

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

●体の調子を整える●
生姜・にんにく・キャベツ
コーン

５月28日（水）

- ごはん
- 魚のおろし煮
- 切り干し大根のみそ汁

●血や肉をつくる●
メルルーサ・わかめ・みそ
いりこ

●熱や力の素になる●
金芽米・片栗粉・植物油・砂糖

●体の調子を整える●
生姜・大根・南瓜・キャベツ
切干大根・人参

５月29日（木）

- ごはん
- 春雨のそぼろ煮
- アスパラとじゃがいも
  のツナサラダ
- いりこ

●血や肉をつくる●
豚ミンチ・ツナ・いりこ

●熱や力の素になる●
金芽米・春雨・植物油・砂糖
じゃがいも・マヨネーズ

●体の調子を整える●
玉ねぎ・キャベツ・人参・ねぎ
生姜・アスパラガス

５月30日（金）

- じゃこごはん
- うま煮
- 春雨のみそ汁
- いりこ

●血や肉をつくる●
しらす干し・かつお節・鶏肉
わかめ・みそ・いりこ

●熱や力の素になる●
金芽米・ごま油・ごま
じゃがいも　しらたき・植物油
砂糖・春雨

●体の調子を整える●
小松菜・人参・玉ねぎ・いんげん
キャベツ