

5月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日確認してください。

食品群	体内でのはたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の栄養基準量	E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質	
	小学校	650	21.1~32.5	14.4~21.7
	中学校	830	18.4~41.5	18.4~27.7

食物アレルギーのある生徒は給食を食べる前に、しっかり詳細献立の確認をお願いします。家庭、クラスでも確認をお願いします。



6(木)	ウサチ かしわもち 牛乳	7(金)	紅いもだんご 牛乳
	こいのぼりバーグ きびごはん イナムドウチ		肉そぼろ むぎごはん はるさめスープ
E: 677 P: 26.8 F: 16.1		E: 714 P: 22.4 F: 19.7	
E: 812 P: 32.2 F: 19.3		E: 826 P: 25.8 F: 21.3	

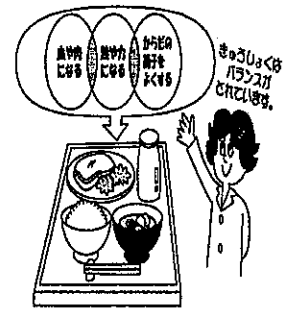
こんだて	10(月)	中華あえ 牛乳 むぎごはん マーボー豆腐	11(火)	ブロッコリーソテー 牛乳 りんご 黒糖パン 白花豆スープ	12(水)	フルーツアセロラポンチ 牛乳 きびごはん チキンカレー	13(木)	野菜おから 牛乳 レンコン入り平つくね むぎごはん けんちん汁	14(金)	ウンチューいため 牛乳 魚のみそマヨ焼き きびごはん ゆし豆腐
	小学校	E: 632 P: 26.6 F: 19.7	E: 648 P: 24.9 F: 21.5	E: 682 P: 19.8 F: 15.4	E: 639 P: 24.9 F: 19.8	E: 603 P: 29.3 F: 19.1				
中学校	E: 781 P: 27.1 F: 18.7	E: 795 P: 27.9 F: 20.6	E: 823 P: 22.7 F: 16.9	E: 749 P: 28.3 F: 21.7	E: 719 P: 34.5 F: 21.5					

こんだて	17(月)	カラフルサラダ 牛乳 きびごはん ハヤシライス	18(火)	きゅうりのおかか和え 牛乳 いわしのカリカリフライ むぎごはん 肉じゃが	19(水)	パパイアのツナあえ 牛乳 沖縄そば 豚ねぎどん	20(木)	きゅうりとわかめあえ 牛乳 豚ねぎどん きゅうりとわかめあえ	21(金)	とんかつ 牛乳 アーモンド和え 高菜チャーハン
	小学校	E: 634 P: 22.8 F: 16.1	E: 525 P: 24.6 F: 19.8	E: 606 P: 23.9 F: 19.3	E: 655 P: 22.7 F: 25.7					
中学校	E: 781 P: 27.1 F: 18.7	E: 795 P: 27.9 F: 20.6	E: 630 P: 29.2 F: 22.7	E: 721 P: 27.7 F: 21.6	E: 762 P: 26.3 F: 29.7					

こんだて	24(月)	ごぼうサラダ 牛乳 わかめごはん 冬瓜のにつけ	25(火)	千切りイリチー 牛乳 味付のり むぎごはん もずくのみそ汁	26(水)	メンチカツ 牛乳 チキンとトマトのスパゲティー フルーツ白玉	27(木)	ナムル 牛乳 油みそ きびごはん 鶏肉とれんこんの旨辛煮	28(金)	きんぴらごぼう 牛乳 とうふハンバーグ むぎごはん だいごんのみそ汁
	小学校	E: 614 P: 28 F: 17.2	E: 542 P: 21.9 F: 12.5	E: 591 P: 21.9 F: 17.8	E: 698 P: 25.5 F: 22.1	E: 584 P: 21 F: 16.2				
中学校	E: 730 P: 32.8 F: 19.4	E: 698 P: 25 F: 13.3	E: 713 P: 25.7 F: 21.7	E: 831 P: 29.4 F: 24.8	E: 716 P: 25 F: 19.3					

こんだて	31(月)	タマナーチャンプル 牛乳 豆乳プリン きびごはん 豚汁
	小学校	E: 718 P: 30.6 F: 17.4
中学校		

★給食欠食予定★
小学校... 17日(月)振替休日
 31日(月)春の遠足
中学校... 10日(月)振替休日
 11日(火)お弁当の日



※材料・天候によって献立を変更することがあります。
※給食費は、早めに納めましょう。