

平成30年

5月のよていこんだて

真和志小学校 (給食室)
TEL/FAX 917-3480

月	火	水	木	金
<p>★こどもの日★</p> <p>5/1(火)は子どもの日献立です。かしの葉は、新しい芽が育つまで古い葉が落ちないことから、後継ぎが絶えないようにという願いがこめられています。</p>	<p>1日 (5/5:こどもの日)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・たけのこごはん ・魚のさいきょうやき ・こまつなのおひたし ・かしわもち 	<p>2日</p> <p>春の遠足</p> 	<p>3日</p> <p>憲法記念日</p> 	<p>4日</p> <p>みどりの日</p> 
<p>7日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スパゲティーミートソース ・ジャーマンポテト ・シーザーサラダ 	<p>8日 (ゴーヤの日)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・もちきびごはん ・ゴーヤチャンプルー ・シカムドゥチ ・シークァーサーゼリー 	<p>9日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ガーリックトースト ・ビーフシチュー ・フルーツしらたま 	<p>10日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・三色ごはん ・だいこんのみそしる ・オレンジ 	<p>11日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・むぎごはん ・とりじゃが ・うめかつおあえ ・なっとう
<p>14日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・もちきびごはん ・カラフルチンジャオロース ・あげぎょうざ ・ちゅうかつつくねスープ 	<p>15日 (沖縄本土復帰記念日)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クファージュシ ・グルクンのアーサあんかけ ・ミミガーのあえもの ・ちんすこう 	<p>16日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・なかよしパン ・ハンバーグ ・コールスローサラダ ・にんじんとかぼちゃのスープ 	<p>17日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・いわしのしょうがに ・パイパイリチー ・ゆしどうふ 	<p>18日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・むぎごはん ・チキンカレー ・たくあんあえ ・ヨーグルト
<p>21日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・むぎごはん ・につけ ・あぶらみそ ・きゅうりのしらすあえ 	<p>22日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・あげパン ・クラムチャウダー ・ブロッコリーサラダ 	<p>23日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・むぎごはん ・ピンパ ・わかめスープ ・こくとうビーンズ 	<p>24日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・とりときのこのたきこみごはん ・きびなごのからあげ ・ひじきのごまサラダ 	<p>25日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・ぶどうゼリー ・がめに ・のっぺいじる ・ふりかけ
<p>28日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・だいこんのそぼろに ・ごもくあつやきたまご ・マーコットオレンジ 	<p>29日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・むぎごはん ・ぶたどん ・あかだし ・りんご 	<p>30日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・なかみそば ・マーミナウサチ ・すいか 	<p>31日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ツナサンド ・具だくさんミネストローネ ・ととやき 	<p>お知らせ</p> <p>5/2(水)は遠足のため給食はありません。</p> 

給食の一日の基準栄養価

C=エネルギー 640Kcal

P=たんぱく質 24.0g

F=しじつ 19.5g