


	月	火 1	水 2	木 3 憲法記念日	金 4 みどりの日	土 5 こどもの日
副食		ハワイアンポークソテー	たまごグラタン			
おやつ		ツナサラダ ベーコンスープ キウイフルーツ	きゅうりと春雨の和え物 小松菜と油揚げの味噌汁 ミニトマト			
	7	8	9	10	11	12 手作り弁当の日
副食	ハムピカタ いんげんのごま和え カレー汁 バナナ	ピーマンの肉詰煮 もやしのナムル コンソメスープ いちご	にらとしらすのたまご焼き 小松菜とわかめの和え物 キャベツと油揚げの味噌汁 オレンジ	鶏肉のマリネ コーンサラダ きのこのスープ ミニトマト	えびと豆腐のケチャップ炒め キャベツの甘酢和え じゃがいもと青菜の味噌汁 グレープフルーツ	牛乳 
おやつ	豆乳ババロア ビスケット	蒸しパン 牛乳	大学いも 牛乳	ツナサンド 牛乳	しょうゆ団子 牛乳	
	14	15	16	17 ほかほかごはんの日	18	19
副食	タンダーチキン みそドレッシングサラダ たまごスープ キウイフルーツ	五目大豆 きゅうりもみ 白菜と人参の味噌汁 オレンジ	豚肉の柳川もどき 大徳寺和え かぶの味噌汁 ミニトマト	春巻 三色サラダ 凍豆腐の味噌汁 いちご	焼きししゃも 千草和え にらたま汁 グレープフルーツ	厚揚げの甘から煮 青菜のお浸し キャベツの味噌汁 バナナ
おやつ	フレンチトースト 牛乳	ごまおこし 牛乳	フライドポテト 牛乳	牛乳寒天 せんべい	白玉団子の黒蜜かけ 牛乳	
	21	22	23	24	25	26
副食	豚肉の味噌炒め じゃがいもサラダ はんぺんスープ オレンジ	赤魚の塩焼き 切干大根の和風サラダ 五目スープ ミニトマト	豆腐のドライカレー かぼちゃサラダ もやしの味噌汁 キウイフルーツ	鶏ごま煮 七福ナムル わかめスープ オレンジ	ひじきたまご 大豆サラダ 大根汁 ミニトマト	焼きビーフン さつまいも甘煮 豆腐の味噌汁 バナナ
おやつ	人参バターケーキ 牛乳	よもぎまんじゅう 牛乳	もちもちドーナツ 牛乳	フルーツサンド 牛乳	ヨーグルトゼリー ビスケット	
	28	29	30	31 お誕生会	<div style="border: 1px solid pink; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">5月の予定平均給与栄養量</div> <p>○エネルギー …403kcal ○たんぱく質 …17.5g ○脂質 …16.4g</p>	
副食	八宝菜 きゅうりの酢味噌和え 花麩の清汁 グレープフルーツ	がんもの含め煮 わかめサラダ 南瓜の味噌汁 オレンジ	さばの味噌煮 中華風サラダ じゃがいもとキャベツの味噌汁 ミニトマト	五目ぶかし ヒレカツ 利久和え 若筍スープ・いちご		
おやつ	スイートポテト 牛乳	がんづき 牛乳	杏仁豆腐 せんべい	ケーキ 牛乳		

旬の食材 たけのこ

たけのこはエネルギーが少なく、食物繊維が豊富で、便秘予防・肥満防止の効果があります。たけのこごはん、煮物、すまし汁など、旬の味をぜひご家庭でも味わってみてください。




★おやつを試食を予定しています★

5月22日(火) よもぎまんじゅう

5月29日(火) がんづき

★ 4時～4時30分の間、給食展示コーナーにてご試食ください ★

5月の給食目標

食材に親しみながら、
食べることを
楽しもう！

