



●ごはん用おわん (A-ジュ) ○大きいおかず用おわん ◆平皿 ★小皿 ■カレー皿・・・工夫して盛り付けよう!

ひょう	しゅしよく	ぎゅうにゅう	おかず	ざいりょう			エネルギー	
				ねつやちからになる(黄)	ちやくにくやほねになる(赤)	からだのちょうしをととのえる(緑)		
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">ひなまつり給食</div>								
1	きん ●ちらし寿司		○白玉汁 ◆草あえ ひなゼリー	こめ さとう しらたまだんご ごま ひなゼリー あぶら	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ だし (かつおぶし) たまご	にんじん ごぼう れんこん ねぎ たけのこ きぬさや だいこん はくさい キャベツ こまつな きゅうり	667 21.8	
4	げつ ●麦ごはん		○けんちん汁 ◆カップコロッケ ◆キャベツのゆかり和え	こめ むぎ こんにゃく あぶら じゃがいも さとう パンこ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ だし (いりこ) ぎゅうにく ぶたにく	にんじん ごぼう だいこん ねぎ たまねぎ キャベツ きゅうり しそ	618 24.4	
5	か カレーライス (■麦ごはん)		■チキンカレールウ ◆ココロビーンズサラダ	こめ むぎ じゃがいも さとう ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく チーズ ミックスビーンズ	たまねぎ にんじん りんご にんにく えだまめ しょうが きゅうり	668 22.0	
6	すい		送別遠足のため給食はありません					
7	もく ●黒糖パン		○ミートボールのトマト煮 ◆ミックスサラダ	さとう じゃがいも あぶら こくとうパン	ぎゅうにゅう ハム チーズ ミートボール	たまねぎ はくさい にんじん しめじ えのきたけ トマト えだまめ にんにく キャベツ きゅうり みかん	600 23.9	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">あじのたび ~みやざきけん~</div>								
8	きん ●麦ごはん		○大根の味噌汁 ◆チキン南蛮・ノエッグ 外別りー ◆レタスのサラダ	こめ むぎ こむぎこ あぶら さとう ごまあぶら ノエッグ 外別りー	ぎゅうにゅう わかめ あぶらあげ とうふ みそ とりにく たまご だし (いりこ)	だいこん にんじん ねぎ レタス きゅうり	652 23.6	
11	げつ ●麦ごはん		○かき玉汁 ◆さばのみそ煮 ◆もやしのごまあえ	こめ むぎ じゃがいも でんぷん さとう ごま	ぎゅうにゅう たまご かまぼこ だし (かつおぶし) さば みそ	にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ しょうが いんげん もやし	613 27.7	
12	か セルフドッグ (コッパパン)		○コーンスープ ◆野菜サラダ ◆スティックハンバーグ	コッパパン さとう ノンエッグマヨネーズ	スティックハーフ チーズ ぎゅうにゅう ベーコン スキムミルク	たまねぎ にんじん コーン マッシュルーム バセリ キャベツ きゅうり	635 25.4	
13	すい 鶏そぼろ丼 (■麦ごはん)		○のっぺい汁 ■鶏そぼろ丼の具	こめ むぎ こんにゃく さといも あぶら でんぷん さとう	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ だし (いりこ) だいたまご	にんじん だいこん ごぼう ねぎ たまねぎ えだまめ	632 27.7	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">ぎゅうしよく×としよコラボメニュー ~ルルとららのいちごデザート~</div>								
14	もく ●食パン		○きのこスパゲティ ◆ナッツサラダ ★手作りいちごジャム	しよくパン スパゲティ パター さとう あぶら アーモンド オリーブゆ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく チーズ	たまねぎ えのきたけ しめじ りんご エリンギ にんじん ねぎ いちご レモン にんにく きゅうり キャベツ	620 22.8	
15	きん ●麦ごはん		○ダブルマーボー ◆パンパンジーサラダ 一食黒糖ビーンズ	こめ むぎ はるさめ さとう でんぷん ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ とりにく こくとうビーンズ	きくらげ たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ しょうが もやし にんにく きゅうり キャベツ	642 26.9	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">ふるさとくまさんデー ~あそちいき~</div>								
18	げつ ●肉高菜ごはん		○だご汁 ◆ごまじゃこあえ	こめ むぎ あぶら さとう ごま ごまあぶら こむぎこ しらたまご	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう ちりめん あぶらあげ だし (いりこ)	にんじん たかなづけ りんご もやし しょうが だいこん こまつな きゅうり にんにく ごぼう はくさい ねぎ	650 24.9	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">ぞつぎょう・しんきゅう おいおい給食</div>								
19	か ●三色ごはん		○すまし汁 ◆鶏の唐揚げ・ミニトマト お祝いケーキ	こめ でんぷん あぶら ケーキ	たまご さけ ぎゅうにゅう とうふ わかめ とりにく だし (かつおぶし)	えだまめ にんじん たまねぎ ねぎ えのきたけ トマト にんにく	673 28.6	