

●ごはん用おわん(ペ-ジ1) ○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	よう	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)	ちやにくやほねになる(赤)	からだのちょうしをととのえる(緑)	たんぱく質	
ひなまつり給食					○白玉汁 ◆干草あえ 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
1	きん	●ちらし寿司							
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)		■カレールウ ◆コロ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	●じゃこ菜めし		○肉うどん ◆ごぼうサラダ	こめ むぎ ごま さとう あぶら うどん アーモンド	ちりめん ぎゅうにゅう かまぼこ ぎゅうにく だし(いりこ) とりにく	こまつな にんじん たまねぎ ねぎ ごぼう きゅうり	629 25.2	
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	
8	きん	送別遠足のため給食はありません							
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 でんぶん 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 (コッペパン)		○コーンスープ ◆野菜サラダ ◆スティックハンバーグ	コッペパン さとう ノンエッグマヨネーズ	スティックハンバーグ 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 パセリ 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 でんぶん さとう	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ だし(いりこ) だいず 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	
きゅうしよく×としよコラボメニュー ～ヘルとララのいちごデザート～									
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 でんぶん 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	
ふるさとくまさんデー ～あそちいき～									
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 しらたまこ	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	
ぞつぎょう・しんきゅう おいおい給食									
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 でんぶん 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	