



ひ	よう	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	ざいりょう			エネルギーたんぱく質	
					ねつやちからになる(黄)	ちやくやくほねになる(赤)	からだのちょうしをととのえる(緑)		
ひな祭り給食				白玉汁 干草あえ	こめ さとう しらたまだんご ごま 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 いんげん 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							
6年生考案メニュー				けんちん汁 ヤンニョムチキン ピーマン和え	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)	にんじん ごぼう だいこん ねぎ たまねぎ キャベツ ピーマン	618 24.4	
4	げつ	麦ごはん							
5	か	カレーライス (麦ごはん)		カレールウ ココロビーンズサラダ ヨーグルト	こめ むぎ じゃがいも さとう 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 ヨーグルト	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	658 21.2	
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	きな粉揚げパン		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 きなこ チーズ ミートボール きなこ	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 (お弁当)							
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 マヨネーズ	スティックパ -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 しめじ 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 フルーツミックス	こめ むぎ こんにゃく さといも あぶら でんぷん さとう フルーツミックス	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	
給食×図書コラボメニュー ～ルルとらうのいちごデザート～				きのこスパゲティ ナッツサラダ 手作りいちごジャム	しょくパン スパゲティ バター 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	
14	もく	食パン							
15	きん	麦ごはん		ダブルマーボー バンバンジーサラダ 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	
ふるさとくまさんデー ～阿蘇地域～				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 しらたまこ	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ だし (いりこ) ちりめん	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	
18	げつ	肉高菜ごはん							
卒業・進級お祝い給食				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	
19	か	三色ごはん							