

☆5月分 給食献立



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--|--|---|--|--|
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 振替休業日  | 憲法記念日  | みどりの日  | こどもの日  | ・チキンカレー ・牛乳 ・ビーンズサラダ ・福神漬 熱 907kcal た 31.5g |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| ・ご飯 ・牛乳 ・さばのカレー風味焼き ・青梗菜としめじのバター炒め ・たまねぎのみそ汁 熱 796kcal た 35.6g | ・ご飯 ・牛乳 ・チーズハンバーグ ・アスパラのソテー ・わかめスープ 熱 901kcal た 36.4g | ・たけのこの春パスタ ・牛乳 ・たまごスープ ・豆腐とチーズの蒸しパン 熱 832kcal た 29.8g | ・ご飯 ・牛乳 ・焼き魚(赤魚) ・厚揚げとにらの炒め物 ・じゃがいものみそ汁 熱 879kcal た 42.7g | ・菜の花ご飯 ・牛乳 ・豚にら炒め ・キャベツとひき肉のスープ 熱 750kcal た 31.9g |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| ・ご飯 ・牛乳 ・豚肉のみそ焼き ・切干大根のレモンあえ ・白菜のみそ汁 熱 842kcal た 32.8g | ・みそそば ・牛乳 ・おひたし ・ねぎのかきたま汁 熱 878kcal た 38.2g | ・米粉パン ・いちごジャム ・牛乳 ・バジルチキン ・マカロニサラダ ・コーンシチュー 熱 926kcal た 41.4g | ・ご飯 ・牛乳 ・鮭のみそマヨ焼き ・きわかめ炒め ・もやしと麩のみそ汁 1, 2年なし 熱 766kcal た 34.0g | ・ご飯 ・牛乳 ・シュウマイ ・中華風春雨サラダ ・小松菜のスープ 2年なし 熱 780kcal た 26.2g |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| ・ご飯 ・牛乳 ・鶏肉のチーズ風味焼き ・豆もやしのナムル ・わかめのみそ汁 熱 870kcal た 35.2g | ・ご飯 ・牛乳 ・アドボ ・野菜のツナあえ ・根菜汁 熱 817kcal た 41.4g | ・カレーうどん ・牛乳 ・コーンサラダ ・りんご蒸しパン 熱 954kcal た 35.8g | ・ご飯 ・ふりかけ ・牛乳 ・酢豚 ・たまごとキャベツのスープ 熱 820kcal た 32.0g | ・ご飯 ・牛乳 ・焼き魚(塩ほっけ) ・野菜の昆布あえ ・肉じゃが 熱 846kcal た 39.6g |
| 30 | 31 | 5月には端午の節句がありますね。端午の節句は中国古来からの考え方で、年に五つある「五節句」の一つです。主に関東では柏餅が食べられていますが、柏餅に使われている柏の葉は新しい芽が出ないと、古い葉が落ちないことから縁起の良い食べ物として好まれています。また邪気を払うとされる「ちまき」も端午の節句に食べられているものですが、いずれも健やかな子どもの成長を願って伝わった行事食です。行事食を通して、子どもの健やかな成長を願うのは今も昔も変わらないですね。  | | |
| ・ご飯 ・牛乳 ・さわらの竜田揚げ ・野菜のおかかあえ ・にらたま汁 熱 843kcal た 33.8g | ・親子丼 ・牛乳 ・切干大根の塩ナムル ・えのきのみそ汁 熱 897kcal た 39.9g | | | |