

日 (曜日)	こん だて めい 献 立 名	赤色のたべもの	黄色のたべもの	緑色のたべもの	栄養量 (小学校)	栄養量 (中学校)	日 (曜日)	こん だて めい 献 立 名	赤色のたべもの	黄色のたべもの	緑色のたべもの	栄養量 (小学校)	栄養量 (中学校)
		血や肉や 骨になるもの	ちからのもとに なるもの	からだの調子を ととのえるもの	エネルギー (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)	エネルギー (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)			血や肉や 骨になるもの	ちからのもとに なるもの	からだの調子を ととのえるもの	エネルギー (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)	エネルギー (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)
1 (木)	みそラーメン	ぶたにく みそ	ちゅうかめん ごまあぶら さとう	もやし にんじん しょうが にんにく とうもろこし にら	625 25.6 28.1 2.1	872 34.8 29.8 2.2	19 (月)	バターライスの えびクリームソースがけ	とりにく えび 牛乳 スキムミルク	こめ むぎ バター あぶら こむぎこ	たまねぎ にんじん パセリ	650 25.2 16.0 2.4	802 31.4 20.3 3.1
	牛乳	牛乳						はっこう乳	はっこう乳				
	ミニロールパン※小学校のみ		パン					ひじきのサラダ	ひじき ツナ	あぶら さとう	キャベツ にんじん		
	とりにくと さつまいもの ごまあえ	とりにく だいず	さつまいも ごま あぶら さとう でんぶん	にんじん				たらこごはん	たらこ	こめ むぎ ごま		644 26.8 17.0 2.2	810 33.1 20.0 2.7
2 (金)	たけのごはん	あぶらあげ ぶたにく	こめ さとう	たけのこ	636 25.8 19.2 2.3	773 30.3 21.7 3.1	20 (火)	ぶたにくと だいこんのスープ	ぶたにく	はるさめ ごまあぶら	だいこん にんじん ねぎ しょうが		
	牛乳	牛乳						ぶどうまめ	だいず	さとう			
	すましじる	とうふ かまぼこ		ほうれんそう にんじん ほししいたけ				ヨーグルト	ヨーグルト				
	とりにくとだいこんのにも かしわもち	とりにく	あぶら さとう	だいこん さやいんげん				ごはん		こめ		648 21.5 17.3 1.3	786 25.4 20.4 1.7
7 (水)	ごはん		こめ		626 25.2 21.3 1.9	774 30.7 25.5 2.4	21 (水)	牛乳	牛乳				
	牛乳	牛乳						しんじかがいもの そばるに	ぶたにく	じゃがいも あぶら さとう でんぶん	にんじん たまねぎ さやいんげん		
	すきやきに	ぶたにく やきどうふ	ふ あぶら さとう	しらたき はくさい にんじん ねぎ				ブロッコリーと じゃこのごまサラダ	ちりめんじゃこ	ごま ごまドレッシング	ブロッコリー キャベツ とうもろこし		
	ひじきの マヨネーズあえ	ツナ ひじき	さとう ごま マヨネーズ	ほうれんそう キャベツ				くだもの			バナナ		
8 (木)	あげパン	きなこ	パン さとう あぶら		659 26.0 31.5 2.1	836 32.3 39.2 3.1	22 (木)	コロッケサンド		パン コロッケ あぶら		613 20.8 25.4 2.4	772 25.7 30.9 3.1
	牛乳	牛乳						牛乳	牛乳				
	チキンクリーム シチュー	とりにく スキムミルク 牛乳	じゃがいも バター こむぎこ あぶら	にんじん たまねぎ ほうれんそう マッシュルーム				ミネストローネ	ベーコン いんげんまめ	あぶら じゃがいも マカロニ	たまねぎ にんにく にんじん セロリー トマト パセリ		
	チンゲンサイと ツナのソテー	ツナ	あぶら	チンゲンサイ きりぼしだいこん				ボイルキャベツ			キャベツ		
9 (金)	ごはん		こめ		619 25.2 22.3 1.9	768 31.0 26.8 2.5	23 (金)	ごはん		こめ		657 23.0 19.5 2.4	819 27.8 23.1 3.2
	牛乳	牛乳						牛乳	牛乳				
	とんじる	ぶたにく みそ あぶらあげ	あぶら じゃがいも	ごぼう にんじん ねぎ キャベツ こんにゃく				ポークカレー	ぶたにく スキムミルク	じゃがいも あぶら こむぎこ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが グリーンピース		
	とうふとたまごの いためもの	とうふ ベーコン かつおぶし たまご	あぶら	ほうれんそう もやし にんじん				はるさめのあえもの	ハム たまご	あぶら はるさめ さとう ごまあぶら	キャベツ きゅうり		
12 (月)	こめこロールパン		パン		616 30.7 24.9 2.2	787 38.4 31.0 3.0	26 (月)	コッペパン		パン		654 27.5 32.0 2.3	803 34.1 37.2 3.1
	牛乳	牛乳						牛乳	牛乳				
	ポークビーンズ	ぶたにく だいず	あぶら	たまねぎ にんじん にんにく トマト				レタスとたまごの スープ	たまご とりにく とうふ	でんぶん	レタス ほししいたけ にんじん		
	ジャーマンポテト	ハム	あぶら じゃがいも	さやいんげん たまねぎ				こざかなと じゃがいもの あまからに	かえりにぼし だいず	さとう ごま じゃがいも でんぶん あぶら			
13 (火)	ごはん		こめ		631 26.6 22.1 1.4	801 34.1 27.8 2.0	27 (火)	マーシャルビーンズ		マーシャルビーンズ			
	牛乳	牛乳						ごはん		こめ		649 26.8 26.4 1.8	796 31.8 31.3 2.3
	牛乳	牛乳						牛乳	牛乳				
	のっぺいじる	とりにく なまあげ	さといも でんぶん あぶら	だいこん こんにゃく ねぎ にんじん ごぼう				わかめスープ	うずらたまご とりにく わかめ	ごまあぶら ごま	にんじん キャベツ えのきたけ		
14 (水)	ぶりのてりやき	ぶり	あぶら さとう でんぶん				28 (水)	ユーリンチー	とりにく	でんぶん あぶら さとう ごま ごまあぶら	しょうが ねぎ		
	ちゅうかおこわ	ぶたにく	こめ もちごめ ごまあぶら	ほししいたけ たけのこ にんじん	667 25.8 21.5 2.3	802 31.1 25.1 2.9		ゆでブロッコリー			ブロッコリー		
	牛乳	牛乳						ごはん		こめ		638 29.2 21.0 2.0	787 35.8 24.9 2.4
	スーミータン	たまご	でんぶん	にんじん たまねぎ ほうれんそう とうもろこし クリームコーン				牛乳	牛乳				
15 (木)	もやしととりささみの ちゅうかあえ	とりにく	さとう ごま ごまあぶら	きゅうり もやし しょうが			29 (木)	もずくスープ	とりにく もずく とうふ たまご	でんぶん	にんじん たけのこ えのきたけ はねぎ		
	ごまだんご		ごまだんご あぶら					マーボーもやし	ぶたにく だいず みそ	ごまあぶら さとう でんぶん	にんにく しょうが だいずもやし ねぎ にんじん		
	あんかけやきそば	ぶたにく いか うずらたまご	ちゅうかめん あぶら でんぶん	にんじん たまねぎ キャベツ もやし ほししいたけ こまつな	638 25.3 20.3 2.3	799 30.9 24.4 2.8		くだもの			みしょうかん		
	牛乳	牛乳						くろパン		パン		621 25.1 27.2 2.0	778 31.4 31.6 2.6
16 (金)	ミニぶどうパン		パン				30 (金)	牛乳	牛乳				
	あんにとろいりフルーツポンチ		あんにとろいり	もも パイン りんご				牛乳	牛乳				
	グリーンピースごはん		こめ	グリーンピース	634 27.0 17.8 2.0	773 33.1 20.6 2.6		牛乳	牛乳				
	牛乳	牛乳						牛乳	牛乳				
	わかたけじる	とうふ とりにく わかめ		ほししいたけ たけのこ しょうが ピーマン パプリカ				かきたまみそしる	とうふ みそ たまご		たまねぎ ほうれんそう		
	かつおとじゃがいもの いためもの	かつお	でんぶん あぶら じゃがいも さとう					ソースカツ	ヒレカツ	あぶら さとう		22.6 2.3	26.1 3.1
	デザート		あまなつゼリー					しらすのあえもの	しらす	ごまあぶら	キャベツ にんじん		
								デザート		おこめのムース			

*行事等の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。
＜5月1日(木)の中学校給食について＞
中学校はソフト麺が届きます。エネルギー量が満たされるため、ロールパンはつきませんのでご了承ください。

旬を味わう給食紹介
グリーンピースごはん



今月は、グリーンピースごはんが登場します。この時季に出回る旬のグリーンピースは、香りがあって、もっともおいしいといわれています。

☆☆ 家族で取り組んでみませんか？ 早寝、早起き、朝ごはん ☆☆

元気に1日をすごすためには、早寝、早起きの習慣を身につけて、朝ごはんをしっかりとることが大切です。家族で実践し、元気に健康にすごしましょう。

★給食に関する届出について

○ 給食を停止する場合・・・病気やけが、入院等の理由により、連続して5日以上給食を欠食する場合は、届出の提供があった日から5日後より給食を停止することがあります。停止を希望する場合は、「学校給食申込変更届出書」に必要事項を記入の上、学校まで提出してください。

○ 給食を再開する場合 / 喫食内容を変更する場合・・・再開時期や変更内容等を学校にご相談の上、「学校給食申込変更届出書」を提出してください。

※食材の調達、停止に平日中4日が必要となりますので、速やかに手続きを行ってください。



☆ 5月分の給食費の引き落とし日は、**6月2日(月)**です。残高のご確認をお願いします。