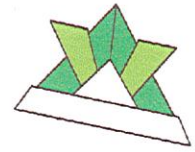


月	火	水	木	金	土
<p style="text-align: center;">たんご</p> <p style="text-align: center;">5月5日は“端午の節句”</p> <p>5月5日のこどもの日には、こいのぼりを立てて、武者人形を飾り、“ちまき”と“かしわもち”を食べますね。“ちまき”には、ちまきを壽へびになぞらえて、それを食べることで免疫力が付き、悪病災難の憂いを除くという意味があります。また“かしわもち”には、カシワの木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫代々栄えるようにといった願いが込められているのです。子どもの健やかな成長を願う気持ちは、今も昔も変わらないのですね。</p>			<p>1 ご飯</p> <p>味噌汁 揚げ出し豆腐のおろしがけ ちくわときゅうりの酢の物 フルーツ</p> <p>午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 たいやぎ せんべい エネルギー：668Kcal 蛋白質：16.2g 脂質：20.5g 塩分：1.5g</p>	<p>2</p> <p>カレーうどん ダイコンサラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 ワッフル せんべい エネルギー：490Kcal 蛋白質：14.5g 脂質：13.8g 塩分：1.8g</p>	
<p>4 (みどりの日)</p> 	<p>5 (こどもの日)</p> 	<p>6 (振替休日)</p> 	<p>7 ご飯</p> <p>味噌汁 ぶりの揚げ煮 大豆とひじきのきんぴら フルーツ</p> <p>午前：ヨーグルト 午後：牛乳 ミニフランスパン エネルギー：573Kcal 蛋白質：22.9g 脂質：15.1g 塩分：1.6g</p>	<p>8 ご飯</p> <p>たまごスープ 酢鶏 もやしナムル フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 エビピラフ エネルギー：621Kcal 蛋白質：22.3g 脂質：19.5g 塩分：1.7g</p>	<p>9</p> <p>塩そうめん チョレギサラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 かりんとう饅頭 せんべい エネルギー：580Kcal 蛋白質：14.3g 脂質：13.6g 塩分：1.5g</p>
<p>11 ご飯</p> <p>すまし汁 鮭の味噌マヨネーズ焼き コーンサラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 食パンサンド エネルギー：526Kcal 蛋白質：21.5g 脂質：13.8g 塩分：1.6g</p>	<p>12 <<お誕生会>></p> <p>五目おこわ さつま汁 鶏肉の照り焼き ほうれん草のごま和え フルーツ</p>  <p>午前：ヨーグルト 午後：シヨア こいのぼりケーキ エネルギー：604Kcal 蛋白質：27.4g 脂質：18.2g 塩分：1.6g</p>	<p>13 ご飯</p> <p>味噌汁 ひじき入り卵焼き きのこサラダ おくら納豆 フルーツ</p> <p>午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 きなこトースト エネルギー：552Kcal 蛋白質：21.9g 脂質：18.5g 塩分：1.6g</p>	<p>14 ご飯</p> <p>ポークカレー チーズフライ グリーンサラダ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 ソファール せんべい エネルギー：643Kcal 蛋白質：24.6g 脂質：21.5g 塩分：2.0g</p>	<p>15 ご飯</p> <p>味噌汁 鯔の南蛮漬け 大根とかにかまのサラダ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 ナポリタン エネルギー：615Kcal 蛋白質：23.2g 脂質：20.9g 塩分：1.8g</p>	<p>16</p> <p>じゃじゃ麺 豚肉と大根の煮物 フルーツ</p> <p>午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 ホットケーキ エネルギー：491Kcal 蛋白質：16.6g 脂質：12.6g 塩分：1.6g</p>
<p>18 ご飯</p> <p>味噌汁 てりやき肉団子 和風サラダ フルーツ</p> <p>午前：ヨーグルト 午後：牛乳 いちごマドレーヌ エネルギー：541Kcal 蛋白質：17.1g 脂質：18.4g 塩分：1.4g</p>	<p>19 ご飯</p> <p>味噌汁 ちくわのポテトチーズ焼き しょうゆフレンチサラダ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 味噌焼きおにぎり エネルギー：547Kcal 蛋白質：16.3g 脂質：15.2g 塩分：1.7g</p>	<p>20 ご飯</p> <p>味噌汁 さんまのおかか煮 三色おひたし 納豆 フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 塩焼きそば エネルギー：615Kcal 蛋白質：24.6g 脂質：21.0g 塩分：1.6g</p>	<p>21 ご飯</p> <p>味噌汁 豆腐の五目揚げ 白菜のツナサラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 シュガーロール エネルギー：560Kcal 蛋白質：18.9g 脂質：19.7g 塩分：1.6g</p>	<p>22 ご飯</p> <p>スープ スコッチエッグ ブロッコリーサラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 ベーコンチーズマフィン エネルギー：561Kcal 蛋白質：17.9g 脂質：23.7g 塩分：1.5g</p>	<p>23</p> <p>かき玉そうめん 肉じゃが煮 フルーツ</p> <p>午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 たらやき せんべい エネルギー：603Kcal 蛋白質：16.4g 脂質：13.2g 塩分：1.7g</p>
<p>25 ご飯</p> <p>味噌汁 焼き魚(鯖) キャベツのゆかり和え フルーツ</p> <p>午前：ヨーグルト 午後：シヨア ロールパン エネルギー：489Kcal 蛋白質：19.9g 脂質：8.1g 塩分：1.3g</p>	<p>26 ご飯</p> <p>味噌汁 はんぺんつくね 青菜の納豆和え フルーツ</p> <p>午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 サターアングリー エネルギー：568Kcal 蛋白質：22.3g 脂質：14.9g 塩分：1.7g</p>	<p>27 ご飯</p> <p>なすとひき肉のカレー チキンナゲット ごぼうとコーンのサラダ チーズ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クラッカー 午後：麦茶 フルーツゼリー エネルギー：625Kcal 蛋白質：21.1g 脂質：22.1g 塩分：1.8g</p>	<p>28 ご飯</p> <p>洋風味噌汁 かじきまぐろの照り焼き すき昆布の炒め煮 おかかふりかけ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 たこ焼き エネルギー：599Kcal 蛋白質：24.8g 脂質：16.5g 塩分：1.5g</p>	<p>29 ご飯</p> <p>味噌汁 鶏肉の唐揚げ シーザーサラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 せんべい 午後：野菜ジュース 黒ごまクッキー エネルギー：612Kcal 蛋白質：17.1g 脂質：21.7g 塩分：1.5g</p>	<p>30</p> <p>たぬきうどん アスパラとベーコンの炒め物 フルーツ</p> <p>午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 タルト せんべい エネルギー：505Kcal 蛋白質：12.7g 脂質：18.1g 塩分：1.8g</p>



5月 たまご組 後期食給食献立予定表



日	曜	昼 食	軽 食
1	土	うどん汁、大根の煮物	ヨーグルト、白せんべい
3	月	(憲法記念日)	
4	火	(みどりの日)	
5	水	(こどもの日)	
6	木	おかゆ、味噌汁、煮魚、ひじきの煮物	パンケーキ
7	金	おかゆ、すまし汁、鶏肉の野菜あんかけ、ほうれん草のおひたし	魚おじや
8	土	そうめん汁、キャベツサラダ	ヨーグルト、白せんべい
10	月	おかゆ、味噌汁、魚のほぐし煮、大根とツナの煮物	かぼちゃペーストサンド
11	火	おかゆ、すまし汁、ささみのあんかけ、ほうれん草の和え物	パンケーキ
12	水	納豆がゆ、味噌汁、豆腐のうま煮、かぼちゃの甘煮	蒸しパン
13	木	おかゆ、シチュー、さつまいものそぼろ煮、ブロッコリーサラダ	ヨーグルト、白せんべい
14	金	おかゆ、味噌汁、魚の野菜あんかけ、大根のサラダ	肉入りおじや
15	土	うどん汁、じゃがいものきんぴら煮	ミルクトースト
17	月	おかゆ、スープ、肉団子のあんかけ、キャベツサラダ	さつまいもペーストサンド
18	火	おかゆ、味噌汁、豆腐と野菜煮、青菜の納豆和え	パンケーキ
19	水	おかゆ、すまし汁、煮魚、卵の花の炒り煮	野菜おじや
20	木	おかゆ、味噌汁、豆腐のミルク煮、白菜のサラダ	ヨーグルト、白せんべい
21	金	おかゆ、スープ、鶏ひき肉のハンバーグ、ポテトサラダ	蒸しパン
22	土	うどん汁、かぼちゃのそぼろあん	魚おじや
24	月	おかゆ、味噌汁、魚のあんかけ、切り干し大根煮	ミルクトースト
25	火	おかゆ、スープ、豆腐のグラタン風、ほうれん草の和え物	パンケーキ
26	水	納豆がゆ、味噌汁、かぼちゃのそぼろあんかけ、キャベツのしらす和え	そうめん汁
27	木	おかゆ、シチュー、ささみのほぐし煮、ブロッコリーサラダ	野菜おじや
28	金	おかゆ、味噌汁、豆腐の味噌煮、さつまいもの甘煮	蒸しパン
29	土	そうめん汁、じゃがいもの煮物	ヨーグルト、白せんべい
31	月	おかゆ、すまし汁、煮魚、大根のそぼろ煮	かぼちゃペーストサンド