

1(月) そうりつきねんび 創立記念日	2(火)ごはんぎゅうにゅう ごもくじる かつおのあまからあんかけ ぶたにく 15 (あ) とうふ 20 (あ) かつお 40 (あ) ごぼう 10 (み) (かくぎり) にんじん 10 (み) でんぶん 8 (き) こまつな 10 (み) あげあぶら 4 (き) えのきたけ 10 (み) こいくちしょうゆ 3.2 けずりぶし 2 さとう 2 (き) だしこんぶ 0.3 しょうが 0.5 (み) うすくちしょうゆ 3.5 でんぶん 0.3 (き) りょうりしゅ 1 みりん 1 しお 0.2 あぶら 0.2 (き) こどものひデザート さんしよくゼリー 1こ (き) ぱりからきゅうり きゅうり 30 (み) しろごま 0.5 (き) こいくちしょうゆ 1.4 す 0.5 さとう 0.3 (き) エネルギー たんぱく質 しつ トウモロコシ 0.05 kcal ごまあぶら 0.2 (き) 638 28.7 17.9 端午の節句 こどものひデザート ぱりからきゅうり かつおのあまからあんかけ ごはん ごもくじる	3(水) けんぼうきねんび 憲法記念日	4(木) みどりの日	5(金) こどもの日
8(月) ごはんぎゅうにゅう そばろに やししやも ぎゅうミンチ 20 (あ) ししやも 1び (あ) ひらてん 10 (あ) じゃがいも 60 (き) たまねぎ 40 (み) にんじん 20 (み) ささみフレーク 10 (あ) むきえだまめ 5 (み) ほしわかめ 0.2 (あ) けずりぶし 2 きゅうり 25 (み) こいくちしょうゆ 2.5 す 1.6 うすくちしょうゆ 1 さとう 1 (き) みりん 1 うすくちしょうゆ 0.8 ふりかけ ふりかけ 1ふくら (ひじき) 578 26.7 15.5	9(火)ごはんぎゅうにゅう ハヤシライス だいずとツナのサラダ ぶたにく 30 (あ) じゃがいも 30 (き) ツナ 5 (あ) たまねぎ 60 (み) だいず 3 (あ) にんじん 20 (み) こいくちしょうゆ 0.9 にんにく 0.1 (み) さとう 0.5 (き) とりがらスープ 2 みりん 0.3 ポークビヨン 1.5 きゅうり 10 (み) トマトケチャップ 5 にんじん 5 (み) トマトピューレ 4 (み) マヨネーズ クラス11ぼん (き) ウスターソース 0.5 ヨーグルト あかワイン 1 ヨーグルト 1こ (あ) しお 0.05 こしよ 0.03 あぶら 0.2 (き) こめこハヤシルウ① 8 (き) こめこハヤシルウ② 7 (き) 694 27.4 20.6	10(水)ぎゅうにゅう とんじる えんどうまめごはん ぶたにく 20 (あ) こめ 65 (き) あぶらあげ 5 (あ) しお 0.5 だいこん 20 (み) りょうりしゅ 2 にんじん 10 (み) うすくちしょうゆ 1.3 ごぼう 10 (み) えんどうまめ 15 (み) あおねぎ 5 (み) つきこんにく 10 けずりぶし 2 にんじん 5 (み) あかみそ 7 (あ) しろみそ 2 (あ) コロッケ コロッケ 1こ (き) あけあぶら 3.5 (き) キャベツのこまざるえ あじつけじゃこ あじつけじゃこ 15くら (あ) ローズハム 5 (あ) キャベツ 20 (み) こまつな 3 (み) すりごま 0.5 (き) うすくちしょうゆ 1.2 さとう 1 (き) す 0.8 573 26.1 16.0	11(木)ごはんぎゅうにゅう つねのすましじる さばのこうみやき とりつね 20 (あ) さば 1きれ (あ) とうふ 10 (あ) こいくちしょうゆ 3 たまねぎ 20 (み) さとう 2 (き) こまつな 10 (み) ゆずかじゅう 0.5 (み) えのきたけ 10 (み) す 1 にんじん 10 (み) でんぶん 0.2 (き) けずりぶし 2 だしこんぶ 0.3 うすくちしょうゆ 3 りょうりしゅ 1 みりん 1 しお 0.2 ほうれんそうのおひたし ほうれんそう 30 (み) もやし 10 (み) けずりぶし 0.5 だしこんぶ 0.08 うすくちしょうゆ 1.3 さとう 0.2 (き) みりん 1 はなかつお クラス1ふくら (あ) ミニゼリー ミニゼリー 1こ (き) (ようなし) 605 28.9 20.4	12(金)バーガーパンぎゅうにゅう コーンクリームスープ ハンバーグケチャップソース ベーコン 10 (あ) ハンバーグ 1こ (あ) クリームコーン 40 (み) トマトケチャップ 4.5 たまねぎ 30 (み) さとう 0.7 (き) じゃがいも 20 (き) ウスターソース 0.7 にんじん 10 (み) のうこうソース 0.7 ホールコーン 5 (み) でんぶん 0.2 パセリ 0.2 (み) だっしふんにゅうぎゅうにゅう とりがらスープ 2 ポークビヨン 3 にんじん 5 (み) バター 3 (き) あぶら 0.1 (き) こむぎこ 3 (き) カレーこ 0.07 あぶら 0.5 (き) クミン 0.01 しろワイン 1 しお 0.2 こしよ 0.01 うすくちしょうゆ 0.2 スライスチーズ スライスチーズ 1まい (あ) 677 33.0 26.1
ふりかけ(ひじき) すのもの やししやも1び ごはん そばろに	ヨーグルト ハヤシライス だいずとツナのサラダ ごはん	キャベツのこまざるえ あじつけじゃこ コロッケ えんどうまめごはん とんじる	ミニゼリー(ようなし) ほうれんそうのおひたし はなかつお さばのこうみやき ごはん つねのすましじる	スライスチーズ キャベツソテー ハンバーグケチャップソース コーンクリームスープ バーガーパン
15(月)ごはんぎゅうにゅう ちゅうかスープ にくだんごのあまからあん ぶたにく 10 (あ) はるさめ 5 (き) こまつな 10 (み) でんぶん 8.3 (き) たまねぎ 20 (み) あげあぶら 2 (き) にんじん 10 (み) こいくちしょうゆ 2.2 はくさいキムチ 5 (み) さとう 1.2 (き) しょうが 0.2 (み) みりん 0.5 とりがらスープ 2 しょうが 0.2 (み) ポークビヨン 2 しお 0.2 こしよ 0.03 うすくちしょうゆ 3 りょうりしゅ 1 あぶら 0.2 (き) バンバンジーサラダ ささみフレーク 10 (あ) もやし 25 (み) きゅうり 10 (み) ドレッシング クラス11ぼん (き) (ごま) 604 24.7 17.4	16(火)ベビーパンぎゅうにゅう イタリアンスパゲティ ローストチキン ウインナ 15 (あ) スパゲティ 30 (き) しょうが 0.1 (み) りょうりしゅ 2 (ハーブ) さとう 1.2 (き) たまねぎ 45 (み) こいくちしょうゆ 3.2 にんじん 15 (み) みりん 1 ピーマン 7 (み) しめじ 3 (み) ヨールスローサラダ キャベツ 30 (み) にんじん 5 (み) ホールコーン 5 (み) ウスターソース 3 マヨネーズ クラス11ぼん (き) 633 27.5 26.3	17(水)ごはんはっこうにゅう(いちご) カレーとんじゃが いわしのカリカリフライ ぶたにく 30 (あ) じゃがいも 60 (き) あけあぶら 6 (き) たまねぎ 40 (み) にんじん 10 (み) むきえだまめ 5 (み) いとこんにやく 30 けずりぶし 2 ツナ 10 (あ) こいくちしょうゆ 3 チンゲンサイ 20 (み) にんじん 5 (み) しょうが 1 こいくちしょうゆ 1.4 さとう 2 (き) みりん 1 さとう 1.2 (き) カレーこ 0.25 みりん 0.3 あぶら 0.2 (き) す 1 625 25.3 15.8	18(木)ごはんぎゅうにゅう はっぽうさい あげぎょうざ ぶたにく 30 (あ) ぎょうざ 2こ (あ) いか 15 (あ) あけあぶら 6 (き) かまぼこ 10 (あ) キャベツ 50 (み) たまねぎ 40 (み) にんじん 15 (み) みかん(かん) 20 (み) チンゲンサイ 10 (み) おうとう(かん) 20 (み) たけのこ 10 (み) プレーンヨーグルト 10 (あ) にんにく 0.2 (み) しょうが 0.2 (み) りょうりしゅ 0.5 とりがらスープ 1 ポークビヨン 3 ごまあぶら 0.3 (き) うすくちしょうゆ 3 さとう 0.3 (き) オイスターソース 1 しお 0.2 こしよ 0.03 でんぶん 1.5 (き) あぶら 0.2 (き) ヨーグルトあえ あげぎょうざ 2こ 669 27.9 21.2	19(金)うずまきパンぎゅうにゅう マカロニスープ ぶたにくのトマトソース ウインナ 15 (あ) マカロニ 5 (き) ぶたにく 40 (あ) たまねぎ 15 (み) キャベツ 30 (み) しお 0.2 たまねぎ 30 (み) こしよ 0.01 にんじん 10 (み) トマトケチャップ 5 むきえだまめ 5 (み) トマト(かん) 3 (み) セロリー 1 (み) のうこうソース 1 とりがらスープ 2 しろワイン 1 ポークビヨン 3 でんぶん 0.3 (き) しるワイン 1 しお 0.2 こしよ 0.03 うすくちしょうゆ 3 こまつなのサラダ ツナ 8 (あ) こまつな 20 (み) にんじん 5 (み) ホールコーン 5 (み) ドレッシング クラス11ぼん (き) (わふう) 574 31.8 21.5
バンバンジーサラダ にくだんごのあまからあん ごはん ちゅうかスープ	イタリアンスパゲティ ローストチキン コールスローサラダ ベビーパン	ドレッシングあえ はっこうにゅう(いちご) いわしのカリカリフライ 2こ ごはん カレーとんじゃが	ヨーグルトあえ あげぎょうざ 2こ ごはん はっぽうさい	こまつなのサラダ ぶたにくのトマトソース うずまきパン マカロニスープ

22(月)

ごはん

ぎゅうにゅう

こうやどうふのたまごとじ

たまご

20 (あ)

とりにく

20 (あ)

こうやどうふ(サイコロ)

5 (あ)

じゃがいものかきあげ

たまねぎ

30 (み)

にんじん

15 (み)

こまつな

10 (み)

なましいたけ

3 (み)

けずりぶし

2

りょうりしゅ

1

さとう

1 (き)

こいくちしょうゆ

2.5

うすくちしょうゆ

1

みりん

1

あぶら

0.2 (き)

700

28.1

25.6

23(火)

こめコパン

ぎゅうにゅう

レンズまめのスープ

ベーコン

15 (あ)

レンズまめ

5 (あ)

たまねぎ

30 (み)

じゃがいも

20 (き)

にんじん

10 (み)

トマト(かん)

5 (み)

セロリー

1 (み)

とりがらスープ

2

ポークフィヨン

3

うすくちしょうゆ

3

あかワイン

1

さとう

0.3 (き)

しお

0.2

こしょう

0.03

ひじきのサラダ

ひじき

0.8 (あ)

あぶらあげ

3 (あ)

にんじん

10 (み)

ホールコーン

10 (み)

むきえだまめ

5 (み)

さとう

0.4 (き)

こいくちしょうゆ

0.5

りょうりしゅ

0.5

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(わふう)

606

35.6

23.3

24(水)

ごはん

ぎゅうにゅう

あつあげのキムチに

あつあげ

55 (あ)

ぶたにく

20 (あ)

たまねぎ

40 (み)

にんじん

15 (み)

はくさいキムチ

15 (み)

にら

5 (み)

こいくちしょうゆ

3

うすくちしょうゆ

1

りょうりしゅ

1

さとう

1 (き)

しお

0.1

こしょう

0.01

トウバンジャン

0.05

あぶら

0.5 (き)

しゅうまい

2こ (あ)

(ポーク)

ちゅうかあえ

ささみフレーク

8 (あ)

もやし

15 (み)

きゅうり

10 (み)

うすくちしょうゆ

5 (み)

すりごま

0.5 (き)

うすくちしょうゆ

1.6

す

1

さとう

0.5 (き)

ごまあぶら

0.5 (き)

612

26.1

19.4

25(木)

ごはん

ぎゅうにゅう

ビーフンいりすましじる

とりにく

10 (あ)

かまぼこ

5 (あ)

ビーフン

7 (き)

にんじん

5 (み)

はくさい

30 (み)

けずりぶし

2

だしこんぶ

0.3

うすくちしょうゆ

3.5

りょうりしゅ

1

みりん

1

しお

0.2

あじのなんばんづけ

あじ

1きれ (あ)

たまねぎ

3 (み)

にんじん

1 (み)

ピーマン

1 (み)

りょうりしゅ

1

でんぶん

5 (き)

あげあぶら

3 (き)

あぶら

0.1 (き)

す

3

さとう

3 (き)

こいくちしょうゆ

3

あまなつみかん

あまなつみかん(かん)

30 (み)

555

22.4

13.7

26(金)

ごはん

ぎゅうにゅう

カレーライス

とりにく

25 (あ)

じゃがいも

40 (き)

たまねぎ

40 (み)

にんじん

20 (み)

しょうが

0.1 (み)

にんにく

0.05 (み)

りんごビュレ

5 (み)

こめコカレーウ①

8 (き)

こめコカレーウ②

8 (き)

とりがらスープ

2

ポークフィヨン

2

あかワイン

1

ウスターソース

1

のうこうソース

1

こいくちしょうゆ

1

トマトケチャップ

3

しお

0.1

あぶら

0.2 (き)

アスパラのサラダ

ローズハム

5 (あ)

アスパラガス

10 (み)

キャベツ

10 (み)

ホールコーン

5 (み)

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(サウザンアイランド)

619

24.6

18.4

29(月)

ぎゅうにゅう

キャベツのみそしる

ミニあつあげ

15 (あ)

キャベツ

20 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

けずりぶし

2

あかみそ

7 (あ)

しろみそ

2 (あ)

もやしのごまあえ

ローズハム

7 (あ)

もやし

25 (み)

こまつな

10 (み)

すりごま

0.5 (き)

うすくちしょうゆ

1.5

さとう

0.3 (き)

みりん

1

646

26.6

22.8

30(火)

コッパパン

ぎゅうにゅう

やさいスープ

ベーコン

15 (あ)

じゃがいも

30 (き)

たまねぎ

30 (み)

ホールコーン

5 (み)

とりがらスープ

2

ポークフィヨン

3

うすくちしょうゆ

2

しろワイン

1

しお

0.2

こしょう

0.02

ぶたにくのバーベキューソース

ぶたにく

40 (あ)

たまねぎ

15 (み)

しお

0.2

こしょう

0.01

りんごビュレ

2 (み)

しょうが

0.1 (み)

にんにく

0.02 (み)

こいくちしょうゆ

2.5

りょうりしゅ

1.5

さとう

1.5 (き)

でんぶん

0.3 (き)

573

32.4

16.5

31(水)

ごはん

ぎゅうにゅう

かんこくふうすきやき

ぶたにく

30 (あ)

どうふ

30 (あ)

いとこんにやく

30

はくさい

30 (み)

はくさいキムチ

10 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

しめじ

10 (み)

しょうが

0.2 (み)

にんにく

0.1 (み)

こいくちしょうゆ

5.5

さとう

2.7 (き)

りょうりしゅ

1

あぶら

0.2 (き)

さわらのぷりからやき

さわら

1きれ (あ)

にんにく

0.05 (み)

トウバンジャン

0.15

こいくちしょうゆ

2

りょうりしゅ

1

さとう

2 (き)

す

2

ごまあぶら

0.1 (き)

ほうれんそうのサラダ

ほうれんそう

30 (み)

にんじん

5 (み)

ホールコーン

5 (み)

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(サウザンアイランド)

606

30.8

18.9

32(木)

ごはん

ぎゅうにゅう

かんこくふうすきやき

ぶたにく

30 (あ)

どうふ

30 (あ)

いとこんにやく

30

はくさい

30 (み)

はくさいキムチ

10 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

しめじ

10 (み)

しょうが

0.2 (み)

にんにく

0.1 (み)

こいくちしょうゆ

5.5

さとう

2.7 (き)

りょうりしゅ

1

あぶら

0.2 (き)

さわらのぷりからやき

さわら

1きれ (あ)

にんにく

0.05 (み)

トウバンジャン

0.15

こいくちしょうゆ

2

りょうりしゅ

1

さとう

2 (き)

す

2

ごまあぶら

0.1 (き)

ほうれんそうのサラダ

ほうれんそう

30 (み)

にんじん

5 (み)

ホールコーン

5 (み)

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(サウザンアイランド)

606

30.8

18.9

33(金)

ごはん

ぎゅうにゅう

かんこくふうすきやき

ぶたにく

30 (あ)

どうふ

30 (あ)

いとこんにやく

30

はくさい

30 (み)

はくさいキムチ

10 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

しめじ

10 (み)

しょうが

0.2 (み)

にんにく

0.1 (み)

こいくちしょうゆ

5.5

さとう

2.7 (き)

りょうりしゅ

1

あぶら

0.2 (き)

さわらのぷりからやき

さわら

1きれ (あ)

にんにく

0.05 (み)

トウバンジャン

0.15

こいくちしょうゆ

2

りょうりしゅ

1

さとう

2 (き)

す

2

ごまあぶら

0.1 (き)

ほうれんそうのサラダ

ほうれんそう

30 (み)

にんじん

5 (み)

ホールコーン

5 (み)

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(サウザンアイランド)

606

30.8

18.9

34(土)

ごはん

ぎゅうにゅう

かんこくふうすきやき

ぶたにく

30 (あ)

どうふ

30 (あ)

いとこんにやく

30

はくさい

30 (み)

はくさいキムチ

10 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

しめじ

10 (み)

しょうが

0.2 (み)

にんにく

0.1 (み)

こいくちしょうゆ

5.5

さとう

2.7 (き)

りょうりしゅ

1

あぶら

0.2 (き)

さわらのぷりからやき

さわら

1きれ (あ)

にんにく

0.05 (み)

トウバンジャン

0.15

こいくちしょうゆ

2

りょうりしゅ

1

さとう

2 (き)

す

2

ごまあぶら

0.1 (き)

ほうれんそうのサラダ

ほうれんそう

30 (み)

にんじん

5 (み)

ホールコーン

5 (み)

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(サウザンアイランド)

606

30.8

18.9

35(日)

ごはん

ぎゅうにゅう

かんこくふうすきやき

ぶたにく

30 (あ)

どうふ

30 (あ)

いとこんにやく

30

はくさい

30 (み)

はくさいキムチ

10 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

しめじ

10 (み)

しょうが

0.2 (み)

にんにく

0.1 (み)

こいくちしょうゆ

5.5

さとう

2.7 (き)

りょうりしゅ

1

あぶら

0.2 (き)

さわらのぷりからやき

さわら

1きれ (あ)

にんにく

0.05 (み)

トウバンジャン

0.15

こいくちしょうゆ

2

りょうりしゅ

1

さとう

2 (き)

す

2

ごまあぶら

0.1 (き)

ほうれんそうのサラダ

ほうれんそう

30 (み)

にんじん

5 (み)

ホールコーン

5 (み)

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(サウザンアイランド)

606

30.8

18.9

36(月)

ごはん

ぎゅうにゅう

かんこくふうすきやき

ぶたにく

30 (あ)

どうふ

30 (あ)

いとこんにやく

30

はくさい

30 (み)

はくさいキムチ

10 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

しめじ

10 (み)

しょうが

0.2 (み)

にんにく

0.1 (み)

こいくちしょうゆ

5.5

さとう

2.7 (き)

りょうりしゅ

1

あぶら

0.2 (き)

さわらのぷりからやき

さわら

1きれ (あ)

にんにく

0.05 (み)

トウバンジャン

0.15

こいくちしょうゆ

2

りょうりしゅ

1

さとう

2 (き)

す

2

ごまあぶら

0.1 (き)

ほうれんそうのサラダ

ほうれんそう

30 (み)

にんじん

5 (み)

ホールコーン

5 (み)

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(サウザンアイランド)

606

30.8

18.9

37(火)

ごはん

ぎゅうにゅう

かんこくふうすきやき

ぶたにく

30 (あ)

どうふ

30 (あ)

いとこんにやく

30

はくさい

30 (み)

はくさいキムチ

10 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

しめじ

10 (み)

しょうが

0.2 (み)

にんにく

0.1 (み)

こいくちしょうゆ

5.5

さとう

2.7 (き)

りょうりしゅ

1

あぶら

0.2 (き)

さわらのぷりからやき

さわら

1きれ (あ)

にんにく

0.05 (み)

トウバンジャン

0.15

こいくちしょうゆ

2

りょうりしゅ

1

さとう

2 (き)

す

2

ごまあぶら

0.1 (き)

ほうれんそうのサラダ

ほうれんそう

30 (み)

にんじん

5 (み)

ホールコーン

5 (み)

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(サウザンアイランド)

606

30.8

18.9

38(水)

ごはん

ぎゅうにゅう

かんこくふうすきやき

ぶたにく

30 (あ)

どうふ

30 (あ)

いとこんにやく

30

はくさい

30 (み)

はくさいキムチ

10 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

しめじ

10 (み)

しょうが

0.2 (み)

にんにく

0.1 (み)

こいくちしょうゆ

5.5

さとう

2.7 (き)

りょうりしゅ

1

あぶら

0.2 (き)

さわらのぷりからやき

さわら

1きれ (あ)

にんにく

0.05 (み)

トウバンジャン

0.15

こいくちしょうゆ

2

りょうりしゅ

1

さとう

2 (き)

す

2

ごまあぶら

0.1 (き)

ほうれんそうのサラダ

ほうれんそう

30 (み)

にんじん

5 (み)

ホールコーン

5 (み)

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(サウザンアイランド)

606

30.8

18.9

39(木)

ごはん

ぎゅうにゅう

かんこくふうすきやき

ぶたにく

30 (あ)

どうふ

30 (あ)

いとこんにやく

30

はくさい

30 (み)

はくさいキムチ

10 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

しめじ

10 (み)

しょうが

0.2 (み)

にんにく

0.1 (み)

こいくちしょうゆ

5.5

さとう

2.7 (き)

りょうりしゅ

1

あぶら

0.2 (き)

さわらのぷりからやき

さわら

1きれ (あ)

にんにく

0.05 (み)

トウバンジャン

0.15

こいくちしょうゆ

2

りょうりしゅ

1

さとう

2 (き)

す

2

ごまあぶら

0.1 (き)

ほうれんそうのサラダ

ほうれんそう

30 (み)

にんじん

5 (み)

ホールコーン

5 (み)

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(サウザンアイランド)

606

30.8

18.9

40(金)

ごはん

ぎゅうにゅう

かんこくふうすきやき

ぶたにく

30 (あ)

どうふ

30 (あ)

いとこんにやく

30

はくさい

30 (み)

はくさいキムチ

10 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

しめじ

10 (み)

しょうが

0.2 (み)

にんにく

0.1 (み)

こいくちしょうゆ

5.5

さとう

2.7 (き)

りょうりしゅ

1

あぶら

0.2 (き)

さわらのぷりからやき

さわら

1きれ (あ)

にんにく

0.05 (み)

トウバンジャン

0.15

こいくちしょうゆ

2

りょうりしゅ

1

さとう

2 (き)

す

2

ごまあぶら

0.1 (き)

ほうれんそうのサラダ

ほうれんそう

30 (み)

にんじん

5 (み)

ホールコーン

5 (み)

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(サウザンアイランド)

606

30.8

18.9

41(土)

ごはん

ぎゅうにゅう

かんこくふうすきやき

ぶたにく

30 (あ)

どうふ

30 (あ)

いとこんにやく

30

はくさい

30 (み)

はくさいキムチ

10 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

しめじ

10 (み)

しょうが

0.2 (み)

にんにく

0.1 (み)

こいくちしょうゆ

5.5

さとう

2.7 (き)

りょうりしゅ

1

あぶら

0.2 (き)

さわらのぷりからやき

さわら

1きれ (あ)

にんにく

0.05 (み)

トウバンジャン

0.15

こいくちしょうゆ

2

りょうりしゅ

1

さとう

2 (き)

す

2

ごまあぶら

0.1 (き)

ほうれんそうのサラダ

ほうれんそう

30 (み)

にんじん

5 (み)

ホールコーン

5 (み)

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(サウザンアイランド)

606

30.8

18.9

42(日)

ごはん

ぎゅうにゅう

かんこくふうすきやき

ぶたにく

30 (あ)

どうふ

30 (あ)

いとこんにやく

30

はくさい

30 (み)

はくさいキムチ

10 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

しめじ

10 (み)

しょうが

0.2 (み)

にんにく

0.1 (み)

こいくちしょうゆ

5.5

さとう

2.7 (き)

りょうりしゅ

1

あぶら

0.2 (き)

さわらのぷりからやき

さわら

1きれ (あ)

にんにく

0.05 (み)

トウバンジャン

0.15

こいくちしょうゆ

2

りょうりしゅ

1

さとう

2 (き)

す

2

ごまあぶら

0.1 (き)

ほうれんそうのサラダ

ほうれんそう

30 (み)

にんじん

5 (み)

ホールコーン

5 (み)

ドレッシング クラス1ぼん

(き)

(サウザンアイランド)

606

30.8

18.9

43(月)

ごはん

ぎゅうにゅう

かんこくふうすきやき

ぶたにく

30 (あ)

どうふ

30 (あ)

いとこんにやく

30

はくさい

30 (み)

はくさいキムチ

10 (み)

たまねぎ

20 (み)

にんじん

10 (み)

しめじ

10 (み)

しょうが

0.2 (み)

にんにく

0.1 (み)

こいくちしょうゆ

5.5

さとう

2.7 (き)

りょうりしゅ

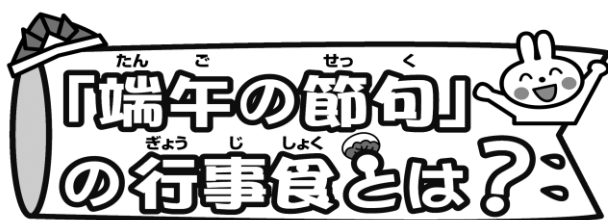
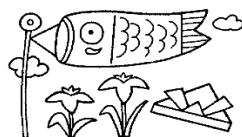
1

あぶら

0.2 (き)

れ い わ ね ん が つ
令和5年5月 か っ こ う き ゅ う し ゚ く

たいしちょう
太子町 学校給食だより



がついつか おとこ こ すこ せいちょう しあわ ねが
5月5日は、男の子の健やかな成長と幸せを願っ
いわ たん こ すく こい む
てお祝いをする「端午の節句」です。鯉のぼりや武
しゃにんぎょう かざ しうぶ は ね い しうぶ ゆ
者人形を飾り、菖蒲の葉や根を入れた「菖蒲湯」に
い き は
つかって邪気を払います。そして、「かしわもち」や
かし ふうしゅう
「ちまき」などのお菓子を食べる風習があります。



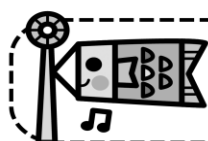
かしわもち

カシワ^はの葉^いで、あん入りのものをくるんだもの。カシワはづら^{ようじゆ}よ^{あたら}め^でで、落葉樹^はで、新しい芽^まが出るま^かか葉^はが落ちないことから、「家^{いえん}に^ぎ通^{かつ}えない」という縁起^{えんぎ}を担^かいで^ちいます。カシワがあまりない地^ぢ方^はは、サルトリイバラの葉が使^{つか}わ^はれ^はともあります。



ちまき

チガヤや笹の葉などで、もち米や
もち菓子をつんで蒸したものです。全国
各地で葉の種類や形の異なる、さま
ざまなまきが作られています。最近
では、五目おこわを包んだ「中華ちま
き」が食べられることもあります。
日本では古くから食べられて
きたちまきとは異なります。



5月5日は、国民の祝日「こどもの日」でもあります。こ
 の日は、男女関係なく「こどもの人格を重んじ、こどもの
 幸福をはかるとともに、母に感謝する」日とされています。



こんげつ こんだてしょうかい
 ～**今月の献立紹介**～

か
10日 えんどうまめごはん
しながしやうがっこう やまだしやうがっこう ねんせい
磯長小学校と山田小学校の1年生に



「えんどうまめ」のさやむきをしてもらいます。

がんばってむいてくれますので、



おいしく食^たべてくださいね♪

26日^{にち} アスパラのサラダ

はる しゅん むか つち の
春に旬を迎えるアスパラガスは、土から伸びた
しんめ くら た おお やさい
新芽と茎を食べます。ビタミンが多い野菜で、
からだ つか さん
体の疲れをとる「アスパラギン酸」という
えいよう はい
栄養がたくさん入っていますよ。



18、24、31日に^{にち}^{しょう}使用する

「たまねぎ」は
たいしちょう つく
太子町で作られたものです♪

