

# 給食たより 5月

今月の目標

よい姿勢で食べよう

井川町学校給食センター  
(小学校用)

献立予定表(都合により献立が変わることがあります。)

月	火	水	木	金
1	2 こどもの日献立	3	4	5
ごはん(菜の花ふりかけ) 牛乳 とり唐揚げ ふきチャンプルー 小松菜と麩のみそ汁	たけのこごはん 牛乳 鯛型チーズ卵焼き おひたし 花なるとのすまし汁 柏もち	憲法記念日 	みどりの日 	こどもの日 
8	9	10	11	12
ごはん 牛乳 いかの香味焼き じゃが豚キムチ 小松菜のみそ汁	わかめごはん 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き ほうれん草の和え物 中華スープ	ごはん(アンパンマンふりかけ) 牛乳 たらのマヨネーズ焼き れんこんのきんぴら 海の野菜スープ	アベックトースト 牛乳 ハンバーグバーベキューソース キャベツのサラダ チキンブロス アセロラゼリー	カレーライス(麦ごはん) 牛乳 福神漬 キャベツのマリネ 甘夏
15	16	17	18	19
ごはん 牛乳 白身フライオーロラソースかけ いりどり 大根のみそ汁 ヨーグルト	ごはん 牛乳 松風焼き 浅漬 八杯豆腐	ごはん 牛乳 ささみのレモン煮 もやしのカレー炒め 真だくさん汁 いちご(2個)	キャベツとベーコンのスパゲティ 牛乳 かぼちゃコロッケ ごぼうサラダ グレープゼリー	肉丼(ごはん) 牛乳 もやしとニラのナムル もずくのみそ汁
22	23	24	25	26
運動会振替休業日 	ごはん 牛乳 米粉餃子(1個) キムチあえ 八宝菜	ごはん 牛乳 ほっけ白しょうゆ漬 切り昆布の煮物 チンゲン菜のみそ汁 つぼ漬	米粉パン(レーズンクリーム) 牛乳 タンドリーチキン イタリアンサラダ 野菜スープ	カレーライス(麦ごはん) 牛乳 福神漬 ブロッコリーのサラダ オレンジ
29	30	31	<p>★今月の井川町の食材★</p> <p>・お米 ・ほうれん草 ・にら ・こまつな ・だいこん葉</p> <p>★今月の平均栄養価★</p> <p>小学校(中学年) エネルギー669kcal たんぱく質 27.6g</p> 	
ごはん 牛乳 豚肉のみそ漬焼き 切りほしだいこん 五目汁	ツナピラフ 牛乳 チキンナゲット(2個) 野菜ソテー コーンとわかめのスープ	ごはん 牛乳 手作りさばみそ煮 炊き合わせ ゆばのすまし汁		