

給食たより



今月の目標
 仲良く食べよう

献立予定表 (都合により献立がかわることがあります。)

井川町学校給食調理場

月	火	水	木	金
☆今月の井川町食材☆ お米、にら、レタス		○今月の平均栄養価○ 前中期 エネルギー 618kcal たんぱく質 26.8g 後期 エネルギー 807kcal たんぱく質 33.5g	1 なめことわかめのうどん 牛乳 ちくわの二色揚げ (カレーと青のり) 切干大根入りごまサラダ 元気ヨーグルト	2 こどもの日メニュー たけのこごはん 牛乳 かぶと型ハンバーグ なめたけあえ 花ふのすまし汁 かしわもち
5	6	7	8	9
こどもの日	振替休日	ごはん 牛乳 豚肉のみそ漬け焼き バンサンスー 野菜と高野豆腐のみそ汁	和風トースト 牛乳 まめまめサラダ チキンブロス	ハヤシライス (麦ごはん) ジョア マスカット チーズ入りサラダ
12	13	14	15	16
ごはん 牛乳 いわしの梅煮 ひじきの煮物 じゃがいもと高野豆腐のみそ汁	ごはん 牛乳 ホイコーロー もやしとにらのナムル 中華風たまごスープ 9年生給食なし (修学旅行)	ごはん 牛乳 チーズ入り豆腐ハンバーグ チップスサラダ もやしとこまつなのみそ汁	焼きそば 牛乳 わかめとにらのスープ バナナ	ガパオライス (目玉焼き) 牛乳 きゃべつのスープ 8年生給食なし
19	20	21	22	23
わかめごはん 牛乳 ひじきと豆腐のカップ焼き ちくぜん煮 かぶとチンゲン菜のみそ汁	ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン (2個) 磯香あえ たまごと野菜のスープ	ごはん 牛乳 ぶりの照り焼き 肉じゃが きのこのみそ汁 冷凍みかん	メロンパン風トースト 牛乳 マカロニサラダ ポークシチュー	オムライス (パックケチャップ) 牛乳 きゃべつのマリネ ABCスープ
26	27	28	29	30
運動会の振替休業日	ごはん 牛乳 松風焼き 昆布の煮物 じゃがいもとチンゲン菜のみそ汁	ごはん 牛乳 さけのピリ辛ソースがけ 野菜のしらすとのりあえ 八杯豆腐	ホワイトスパゲッティ 牛乳 鶏肉のパン粉焼き ブロッコリーのサラダ	豚キムチ丼 牛乳 浅漬け 海の野菜スープ

