



平成21年 5月分

# 学校給食予定献立表

今月の目標

ていねいにあとかたづけしよう

沼田小学校

月	火	水	木	金
<p>こいのぼりが青空を悠々と泳いでいます。5月5日は「こどもの日」です。こどもの日は「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」と定められ、男女の区別なくお祝いをします。</p> 				<p>1</p> <p>桜ごはん かつお土佐煮 ごまあえ あさりのすまし汁 かしわもち 牛乳</p> <p>エネルギー 692kcal たんぱく質 29.0g</p>
4	5	6	7	8
みどりの日	こどもの日	振替休日	<p>食パン りんごジャム オムレツ 豆サラダ ミネストローネ 牛乳</p> <p>エネルギー 661kcal たんぱく質 26.0g</p>	<p>8</p> <p>ごはん ふりかけ とりの照り焼き 五月菜のいそあえ なめこのみそ汁 牛乳</p> <p>エネルギー 611kcal たんぱく質 27.8g</p>
11	12	13	14	15
<p>親子丼 わかめのしょうがあえ ほうれん草のみそ汁 牛乳</p> <p>エネルギー 611kcal たんぱく質 25.9g</p>	<p>12</p> <p>ごはん 納豆 焼きししゃも ひじき炒り じゃがいものみそ汁 牛乳</p> <p>エネルギー 612kcal たんぱく質 25.7g</p>	<p>13</p> <p>たけのこごはん いわしの梅煮 おひたし すまし汁 牛乳</p> <p>エネルギー 611kcal たんぱく質 25.4g</p>	<p>14</p> <p>米粉パン ビーフシチュー ツナサラダ 果物 牛乳</p> <p>エネルギー 666kcal たんぱく質 25.5g</p>	<p>15</p> <p>ごはん のりつくだに えびカツ アスパラサラダ わかめのみそ汁 牛乳</p> <p>エネルギー 643kcal たんぱく質 20.5g</p>
18	19	20	21	22
<p>18</p> <p>ごはん みそだれ焼肉 千草あえ 米粉めんの五目汁 牛乳</p> <p>エネルギー 689kcal たんぱく質 26.8g</p>	<p>19</p> <p>ごはん 紅大豆コロッケ ブロッコリーサラダ もうそう汁 牛乳</p> <p>エネルギー 661kcal たんぱく質 27.5g</p>	<p>20</p> <p>ごはん 鮭の塩焼き 切干大根煮 豚汁 牛乳</p> <p>エネルギー 626kcal たんぱく質 30.7g</p>	<p>21</p> <p>タンメン 小さいパンキンパン ナッツと大豆のかり揚げ 果物 牛乳</p> <p>エネルギー 612kcal たんぱく質 27.5g</p>	<p>22</p> <p>ジャンバラヤ 野菜スープ デザート 牛乳</p> <p>エネルギー 703kcal たんぱく質 24.0g</p>
25	26	27	28	29
<p>25</p> <p>ごはん 麻婆豆腐 海鮮パオズ あいこのおひたし 牛乳</p> <p>エネルギー 636kcal たんぱく質 25.1g</p>	<p>26</p> <p>ごはん さばの塩焼き アスパラマヨネーズあえ かきたま汁 牛乳</p> <p>エネルギー 655kcal たんぱく質 28.6g</p>	<p>27</p> <p>ごはん ごま塩 とり肉から揚げ ビーフン炒め さやえんどうのみそ汁 ミニトマト 牛乳</p> <p>エネルギー 697kcal たんぱく質 28.6g</p>	<p>28</p> <p>ココア揚げパン ウインナー 海藻サラダ ワンタンスープ 牛乳</p> <p>エネルギー 696kcal たんぱく質 23.8g</p>	<p>29</p> <p>ごはん ポークカレー 福神漬け ナタデココ入り フルーツヨーグルト 牛乳</p> <p>エネルギー 772kcal たんぱく質 23.7g</p>



☆15日(金) 5. 6年生は青空給食です。

