



月	火	水	木	金	予約締切					
<p>※1日 八十八夜※【煎茶ご飯】【お茶の葉ちりめん】 茶摘みの歌で「夏も近づく八十八夜〜♪」と歌われるように、晩春から初夏にかけての時期、立春の日から数えて八十八日目のことをさし、今年5月1日にあたります。八十八夜に摘んだ新茶は、不老長寿や無病息災の縁起物とされています。給食では煎茶をいれてご飯を炊き、残った茶殻はふりかけにリメイクして、ご飯に添えます。</p> 		<p>◎7日 端午の節句献立◎ 【筍】【鯉】【よもぎ】 5月5日は「こどもの日」、「端午の節句」です。給食では2日遅れの行事食を提供します。まっすぐ元気に育てと願う【筍】や、「勝男」にかけた【鯉】などを食べ、男の子の健やかな成長を願います。【よもぎ】には魔除けや厄払いの力があるとされ、菖蒲とともに用いられる風習があるそうです。</p>		<p>1日◎八十八夜◎ 煎茶ご飯・お茶の葉ちりめん じゃが芋のごま味噌汁 豆腐の和風うま煮 キャベツの梅マヨ和え 抹茶風味のミルクわらびもち E kcal 807 kcal 食塩相当量 3.3 g たんぱく質 32.0 g 脂質 24.8 g</p>		<p>2日♪遠足♪ </p>		4/18 (金) 18:30		
<p>5日 こどもの日 </p>		<p>6日 振替休日 5月6日は ふりかけの日 </p>		<p>7日◎端午の節句献立◎ 筍ごはん かき玉汁 鯉の竜田揚げ 新じゃが添え にらともやしの酢味噌和え よもぎ白玉 E kcal 785 kcal 食塩相当量 3.2 g たんぱく質 32.8 g 脂質 19.2 g</p>		<p>8日 青椒肉絲(チンジャオロース)焼きそば 春雨酸辣湯(サンチタン) 華風きゅうり 杏仁フルーツ E kcal 815 kcal 食塩相当量 3.1 g たんぱく質 31.7 g 脂質 27.7 g</p>		<p>9日 キーマカレーライス ポテトスープ ごぼうのツナマヨサラダ グレープゼリー E kcal 857 kcal 食塩相当量 3.2 g たんぱく質 29.4 g 脂質 27.6 g</p>		4/25 (金) 18:30
<p>12日 鰯の香味蒲焼き丼 呉汁 パリパリサラダ フルーツポンチ E kcal 828 kcal 食塩相当量 2.8 g たんぱく質 30.5 g 脂質 25.9 g</p>		<p>13日 ふわとろ卵のオムハヤシ 〜バターライス〜 蕪のスープ キャベツ・人参・ナッツのラペ 豆乳コーヒープリン E kcal 859 kcal 食塩相当量 3.3 g たんぱく質 31.3 g 脂質 32.0 g</p>		<p>14日 もち麦ごはん 浅利とレタスの中華スープ 回鍋肉(ホイロ) 拌三絲(ハンサンス) 蒸しごまあん団子 E kcal 874 kcal 食塩相当量 2.8 g たんぱく質 32.5 g 脂質 25.5 g</p>		<p>15日◎ヨーグルトの日◎ 鶏ごぼうピラフ 豆腐と味噌のポターージュ キャベツとじゃこのサラダ ヨーグルトポムポム (ヨーグルトとリンゴのケーキ) E kcal 861 kcal 食塩相当量 2.9 g たんぱく質 33.1 g 脂質 33.0 g</p>		<p>16日 ごはん、南瓜と豆のスープ 鮭のカレーチリソース ガリバタポテト マスタード醤油和え 果物(柑橘類) E kcal 782 kcal 食塩相当量 2.8 g たんぱく質 32.4 g 脂質 22.6 g</p>		注意! 5/1 (木) 18:30 
<p>19日★大阪の料理★ ごはん、ごんぼ汁 お好み焼き風卵焼き じゃこ豆(小海老と豆の煮物) 芥子マヨサラダ みたらし団子 大阪・関西万博 開催中★☆☆</p>		<p>20日◆世界ミツバチの日◆ ハニーレモントースト トマトポークシチュー ビーンズサラダ 果物(バナナ) E kcal 800 kcal 食塩相当量 3.5 g たんぱく質 30.1 g 脂質 30.4 g</p>		<p>21日☪国際お茶の日☪ もち麦ごはん、石狩鍋風汁 肉じゃが 野菜の芥子ごま酢和え A: ほうじ茶プリン B: ジャスミン茶プリン E kcal 815 kcal 食塩相当量 2.8 g たんぱく質 35.2 g 脂質 23.0 g</p>		<p>22日 キムチごはん 生姜風味の豆乳スープ ししゃものパリパリ揚げ 野菜の海苔和え 果物(柑橘類) E kcal 745 kcal 食塩相当量 3.0 g たんぱく質 30.4 g 脂質 23.8 g</p>		<p>23日 ターメリックライス スープカレー 彩りピクルス ヨーグルトとパインの二層ゼリー E kcal 781 kcal 食塩相当量 2.7 g たんぱく質 27.9 g 脂質 25.7 g</p>		5/9 (金) 18:30
<p>26日 ごはん 鶏白湯風野菜スープ 麻婆じゃがいも 海藻と竹輪の中華サラダ 果物(パイナップル) E kcal 777 kcal 食塩相当量 2.8 g たんぱく質 27.2 g 脂質 23.3 g</p>		<p>27日 ごはん 大根と油揚げの味噌汁 アジフライ こまつなサラダ 白いんげんの冷製しるこ E kcal 872 kcal 食塩相当量 2.6 g たんぱく質 34.9 g 脂質 22.6 g</p>		<p>28日 もち麦ごはん、トックの卵スープ ヤンニョムチキン 白滝のチャプチェ風 野菜のキムチ和え 果物(柑橘類) E kcal 834 kcal 食塩相当量 3.0 g たんぱく質 33.1 g 脂質 25.0 g</p>		<p>29日 ねぎ塩豚丼 アスパラとキャベツの味噌汁 人参のごま和え りんごゼリー E kcal 802 kcal 食塩相当量 2.6 g たんぱく質 29.2 g 脂質 25.8 g</p>		<p>30日 もち麦ごはん 筍と若布のスープ 鶏・芋・厚揚げ・キャナッツの炒め もやしと卵の中華和え 黒ごまミルクプリン E kcal 910 kcal 食塩相当量 2.8 g たんぱく質 33.5 g 脂質 34.8 g</p>		5/16 (金) 18:30

※牛乳は毎日つきます。献立は都合により変更することがあります。