



# 献立表



小学校、中学校、高校用

予定献立表（材料の都合上献立を変更することがあります。また、高校にも同様の献立表を配布していますが、高校は牛乳はつきませんのでご了承願います。）

月	火	水	木	金						
<p>☆☆5月5日はこどもの日です☆☆</p> <p>こどもの日は「端午の節句」とも言われ、こどもたちが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日です。もともとは男の子のお祝いをする日でしたが、今ではこどもたちみんなのお祝いの日になっています。</p> <p>こどもの日に食べるものといえば「かしわもち」があります。柏の葉は冬になっても枯れないことから、子孫繁栄の縁起物とされているのです。</p>										
<p>1</p> <p>ご飯 牛乳 いかフライ ひじきサラダ すまし汁（わかめ、豆腐）</p>										
<p>2</p> <p>ご飯 牛乳 おろしチキン竜田 ピリ辛たたききゅうり みそ汁（油揚げ）</p>										
<p>3</p> <p>法記念日</p>										
<p>5月の平均値 (小学校)</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー kcal</td><td>たんぱく質 g</td><td>脂質 g</td></tr> <tr><td>66.4</td><td>26.7</td><td>22.5</td></tr> </table>					エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	66.4	26.7	22.5
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g								
66.4	26.7	22.5								
<p>5月の平均値 (中学校)</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー kcal</td><td>たんぱく質 g</td><td>脂質 g</td></tr> <tr><td>77.4</td><td>30.4</td><td>24.8</td></tr> </table>					エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	77.4	30.4	24.8
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g								
77.4	30.4	24.8								
<p>6</p> <p>振替休日</p>										
<p>7</p> <p>キャロットピラフ 牛乳 えびフライ（1人2本） 野菜サラダ オニオングラタンスープ</p>										
<p>8</p> <p>ご飯 牛乳 ホキのゆずみそ焼き 和風マカロニサラダ すまし汁（まめふ、つと）</p>										
<p>9</p> <p>ご飯 牛乳 和風肉団子（1人2個） 豆腐チャンプルー みそ汁（玉ねぎ）</p>										
<p>10</p> <p>元気くんの日</p> <p>元気くんスパゲッティ 牛乳 ハッシュドポテト</p>										
<p>13</p> <p>ポークカレー 牛乳 マンゴーミルクデザート</p>										
<p>14</p> <p>コッペパン 牛乳 ツナマヨオムレツ ポテトサラダ ミネストローネ</p>										
<p>15</p> <p>ご飯 牛乳 たらの甘酢あんかけ ごぼうサラダ みそ汁（えのきたけ）</p>										
<p>16</p> <p>ご飯 牛乳 和風包み焼き 白菜のおかか和え 肉じゃが</p>										
<p>17</p> <p>みそラーメン 牛乳 野菜入り肉しゅうまい（1人2個）</p>										
<p>20</p> <p>開拓丼 牛乳 キャベツのごま和え 塩昆布の根菜汁</p>										
<p>21</p> <p>ご飯 牛乳 デミグラスハンバーグ コーンクリーミーサラダ コンソメスープ（ぶなしめじ）</p>										
<p>22</p> <p>ご飯 牛乳 赤魚の塩こうじ焼き 大豆の磯煮 みそ汁（キャベツ）</p>										
<p>23</p> <p>ご飯 牛乳 チンジャオロース 棒々鶏サラダ 中華みそスープ</p>										
<p>24</p> <p>かしわうどん 牛乳 たこ焼き</p>										
<p>27</p> <p>ご飯 牛乳 豚の角煮 ほうれん草ナムル ワンタンスープ</p>										
<p>28</p> <p>ナン 牛乳 ポークウインナー シーザーサラダ キーマカレー</p>										
<p>29</p> <p>ご飯 牛乳 チーズはんぺんフライ なめたけ和え みそ汁（もやし）</p>										
<p>30</p> <p>ゆかりご飯 牛乳 玉ねぎコロッケ 卵の花炒り すまし汁（ぶなしめじ、豆腐）</p>										
<p>31</p> <p>塩焼きそば 牛乳 杏仁デザート</p>										