

月	火	水	木	金
2日	3日	4日	5日	6日
牛乳 チキンピラフ アスパラとベーコンのソテー ミネストローネ りんごゼリー	牛乳 シナモントースト ホワイトシチュー フレンチサラダ くだもの	牛乳 玄米入りごはん かつおのごまがらめ 干草あえ 根菜汁	牛乳 五穀ごはん 擬製豆腐 おかかあえ みそ汁	牛乳 おやこどん 親子丼 野菜としらすのあえもの 貝だくさんみそ汁
エネルギー（kcal）たんぱく（g） 636kcal26.1g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 767kcal28.1g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 672kcal35.8g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 622kcal28.1g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 712kcal38.8g
9日	10日	11日	12日	13日
牛乳 しょうゆラーメン チンゲン菜の中華あえ 杏仁豆腐	牛乳 赤米ごはん 魚の照焼き ささみと野菜のごま酢あえ 赤だしのみそ汁	開校記念日	牛乳 梅若ごはん 魚のねぎみそ焼き あっさりサラダ みそ汁	牛乳 豆腐とひき肉のあんかけごはん 海藻とツナのサラダ 大根スープ
エネルギー（kcal）たんぱく（g） 595kcal28.7g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 632kcal32.5g		エネルギー（kcal）たんぱく（g） 571kcal27.6g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 704kcal31.0g
16日	17日	18日	19日	20日
牛乳 ドライカレーライス パリパリサラダ フルーツヨーグルト	牛乳 ごはん 肉豆腐 切干大根の煮物 みそ汁	牛乳 ツナコーントースト きゃべつとパプリカのサラダ 野菜スープ くだもの	牛乳 ごはん えび花しゅうまい ごまだれサラダ 青菜と豆腐のスープ	牛乳 ごはん 鯖のみそ煮ごぼう添え かぼちゃの揚げびたし 吉野汁
エネルギー（kcal）たんぱく（g） 819kcal29.3g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 706kcal35.5g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 593kcal21.4g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 690kcal32.2g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 696kcal28.7g
23日	24日	25日	26日	27日
牛乳 二色丼 しょうがきゅうり 沢煮椀 みそポテト	牛乳 ごはん 豚肉と厚揚げのみそ炒め わかめのサラダ 豆腐ときのこのスープ	牛乳 ごはん 鶏の香味焼き チンゲン菜の風味漬け 高野豆腐の含め煮 みそ汁	牛乳 ミルクパン コロッケ ゆで野菜 トマトとレタスのスープ くだもの	牛乳 ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ もやしスープ
エネルギー（kcal）たんぱく（g） 779kcal34.0g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 661kcal30.8g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 629kcal36.2g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 647kcal26.7g	エネルギー（kcal）たんぱく（g） 677kcal28.5g
30日	歯と口の健康週間	芒種	開校記念日	あじさいゼリー
牛乳 カレーピラフ まめのサラダ ポテトとベーコンのスープ あじさいゼリー	6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。 食するときにはよく噛む ことを意識して、食べた あとはしっかりと歯を 磨き、健康な歯と口を 保ちましょう。	「芒種」は二十四節気 のひとつで、麦や稲など の穀物の種をまく時期の ことです。5日の給食で は芒種にちなんであわや きびなどの穀類を使っ た五穀ごはんをいただきます。	11日の「開校記念日」 にちなんで、10日の 給食では「赤米ごはん」 をいただきます。 「赤米」はお赤飯の起源 だといわれています。	白と赤のぶどうジュース で作るゼリーです。 四角く切ったゼリーは、 雨にぬれてきらきらと光 る、あじさいの花びらの ようです。
エネルギー（kcal）たんぱく（g） 690kcal26.2g				

※天候等の理由により、使用食材や献立を変更することがあります。

◎エネルギーとたんぱく質は中学部、高等部の値です。小学部低学年（１・２・３年）は７０％、高学年（４・５・６年）は８５％です。