

月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日
牛乳 ごはん 鶏肉の葱ソース 春雨サラダ ワンタンスープ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 680kcal 33.2g	牛乳 ごはん 魚の照り焼き しらす和え みそ汁 みかん寒天ゼリー エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 642kcal 30.7g	牛乳 パンプキンパン ツナのミートローフ 大根とコーンのサラダ ミネストローネ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 716kcal 34.0g	牛乳 ごはん 鶏肉のかみかみ焼き バランスサラダ みそ汁 歯と口の健康週間 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 696kcal 33.1g	牛乳 二色丼 小松菜とひじきの和え物 みそ汁 くだもの エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 677kcal 33.3g
8日	9日	10日	11日	12日
牛乳 ごはん 中華風野菜炒め 春雨スープ いちごミルクゼリー エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 661kcal 29.9g	牛乳 こぎつねごはん 魚の香味焼き 大豆もやしの和え物 みそ汁 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 676kcal 33.3g	ジョア 豚肉ほうとう 大根の梅サラダ 米粉のレモンケーキ 入梅 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 775kcal 29.1g	牛乳 ごはん さばの味噌煮 ごぼう添え かぼちの揚げ浸し すまし汁 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 703kcal 28.9g	牛乳 ナン キーマカレー 大根とハムのサラダ くだもの エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 707kcal 29.9g
15日	16日	17日	18日	19日
牛乳 梅若ごはん 干草焼き 肉じゃが煮 貝だくさんみそ汁 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 668kcal 29.8g	牛乳 ごはん 肉豆腐 みそ汁 ミックスフルーツ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 657kcal 33.0g	牛乳 なま生パスタミートソース わかめのサラダ りんごゼリー エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 690kcal 25.7g	牛乳 ごはん 魚のピリ辛焼き 切干大根の煮物 豚汁 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 643kcal 34.8g	牛乳 ナン キーマカレー 大根とハムのサラダ くだもの エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 707kcal 29.9g
22日	23日	24日	25日	26日
牛乳 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き けんちん汁 フルーツヨーグルト エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 659kcal 30.9g	牛乳 セサミトースト ポトフ 海藻サラダ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 734kcal 28.4g	牛乳 ごはん 鶏肉のバーベキューソース 小松菜とエリンギのソテー 麦入り野菜スープ ミルクゼリー ブルーベリーソース エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 667kcal 32.7g	牛乳 ごはん 魚のから揚げ 甘酢あんかけ みそ汁 くだもの エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 676kcal 31.3g	牛乳 ポークストロガノフ 鉄骨サラダ あじさいゼリー エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 745kcal 25.2g
29日	30日	歯と口の健康週間	入梅	あじさいゼリー
牛乳 ごはん 青椒肉絲 中華風コーンスープ パイン寒天ゼリー エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 710kcal 30.8g	牛乳 焼肉丼 かぼちやサラダ みそ汁 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 722kcal 35.8g	6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。 食べる時はよく噛む 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。	6月11日は「入梅」と言って、暦の上では梅雨になります。給食では入梅の時期に旬を迎える「梅」を使った「大根の梅サラダ」を10日に提供します。	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。

※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。