

月	火	水	木	金
<p>1 ミルクロール ポークビーンズ ひじきのマリネ風</p>		<p>2 ごはん 鶏ちゃん なめこのみそ汁 こどもの日ゼリー</p> 		<p>3 けんぽう きねん ひ 憲法記念日</p> 
<p>6 こどもの日 ふりかえきゅうじつ の振替休日</p> 	<p>7 カレーライス 海藻サラダ</p>	<p>8 胚芽食パン チョコクリーム チキンのトマト煮 ごぼうのごまマヨ風サラダ</p>	<p>9 ごはん 鶏肉の甘みそだれかけ 春のごま和え 小松菜のみそ汁</p> 	<p>10 ごはん 鮭の豆板醤焼き もやしとひじきの和え物 わかめとおあげのみそ汁</p>
<p>13 ごはん ふりかけ 鶏肉のすき焼き風 もずくのみそ汁</p> 	<p>14 ちゃんぽん麺 花野菜のおかかマヨ風 ヨーグルト和え</p>	<p>15 ミルクロール 鮭ボールのクリームシチュー カリフラワーのサラダ</p>	<p>16 ごはん 鶏肉の塩麹漬け焼き おからサラダ もやしのみそ汁</p> 	<p>17 ごはん 豚肉の西京焼き風 五目サラダ 高野豆腐のみそ汁</p>
<p>20 ごはん 豚肉きんぴら めった汁</p>	<p>21 チキンライス メンチカツ 小松菜とチーズのサラダ</p>	<p>22 コッペパン かぼちゃのグラタン 青菜のスープ ヨーグルト</p> 	<p>23 ごはん 白身魚のカレームニエル ブロッコリーとひじきのサラダ キャベツのスープ</p>	<p>24 ごはん 豚ごぼう炒め マセドアンサラダ</p> 
<p>27 ごはん ホイコーロー 大根の中華スープ 果物ゼリー</p>	<p>28 タコライス風 野菜スープ</p>	<p>29 ミルク食パン ケチャップハンバーグ ブロッコリー添え 小松菜とポテトのクリーム煮</p>	<p>30 ごはん 魚のごま焼き 切干大根のサラダ かみなり汁</p>	<p>31 ごはん 豚カツ 小松菜のおかか和え 玉ねぎのみそ汁</p> 

- * 毎日、牛乳がきます。
- * 小学部の4～6年生(基準量:600kcal)に
対して中・高等部のエネルギー量は約3割
増し、小学部1～3年生は約2割減です。
- * 材料などの都合でその日の献立が変更になる
場合もあります。その時はご了承ください。



◎3～5月がおすすぬ 春キャベツ



葉の巻きがゆるく内側は黄緑色です。甘みがあってやわらかく、サラダや和え物に向いています。前年の秋に種がまかれて3～5月に収穫の最盛期となるキャベツです。

◎4～5月がおすすぬ スナップえんどう



グリンピース(完熟前のえんどう豆)をさやごと食べられるように品種改良したものです。肉厚でシャキシャキした食感が甘みが強いので、でてそのままでもおいしいです。