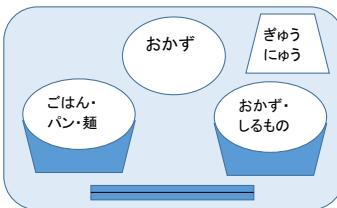


月	火	水	木	金
	<p>今月末には運動会があり、月の後半からは運動会の練習も始まりますね。白差しが強い日が増えてだんだんと暑くなってきました。おうちのごはんも給食もしっかりと食べて、暑さの中でも運動できる元気な体を作りましょう！</p> 		<p>1 ごはん 炒り豆腐 なめこのみそ汁 こどもの日ゼリー</p>	<p>2 ごはん とりにく あま 鶏肉の甘みそだれかけ 春のごま和え こまつな 小松菜のみそ汁</p> 
5 ひ こどもの日 	6 ふりかえきゅうじつ 振替休日 	7 はいがしく 胚芽食パン キャラメルクリーム さけ 鮭ボールとミックス豆のシチュー カリフラワーのサラダ	8 ごはん とりにく しろこうじづ や 鶏肉の白糀漬け焼き ひじきのマリネ風 もやしのみそ汁	9 ごはん ほいこーるー 回鍋肉 もずくのみそ汁
12 ごはん 焼き油淋鶏 カリフラワーと枝豆のマヨ和え 春雨スープ	13 タコライス風 野菜スープ ヨーグルト	14 ミルク食パン ポークピーンズ おからサラダ	15 ごはん しろみざかな や 白身魚のカレー焼き ブロッコリーのごまサラダ キャベツのスープ	16 ごはん とりにく め 鶏肉のすき焼き風 ひじきの中華ソテー 
19 ごはん 厚揚げとじゃがいもの煮物 めった汁	20 ごはん 豚ごぼう炒め マセドアンサラダ 	21 バターロール かぼちゃのグラタン 小松菜のコンソメスープ いちごとみかんのゼリー	22 ごはん さかな あま 魚の甘酢あんかけ もやしとひじきの和え物 里芋とわかめのみそ汁	23 チキンライス メンチカツ 小松菜とチーズのサラダ
26 ごはん 豚肉の西京焼き風 五目サラダ 高野豆腐のみそ汁	27 カレーライス 海藻サラダ	28 ミルクロール 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	29 ごはん さけ らばんじやん や 鮭の板醤焼き 切り干大根のサラダ かみなり汁	30 ごはん とん 豚カツ 小松菜とにんじんのごま和え 玉ねぎのみそ汁 

- * 毎日、牛乳ができます。
- * 小学部の4~6年生(基準量: 650kcal)に対して中・高等部のエネルギー量は約2割増し、小学部1~3年生は約3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。



このたてないよう
献立の内容によっておぼんに乗せるお皿の枚数が違いますが、基本的には左の図ののように、ごはんやパンなどの主食は左側、汁物は右側、おかずは奥に箸やスプーンは一番手前に乗せるときれいに乘ります。
きれいに乗せると安定して運びやすくなるので、置く場所を意識しながらお皿を受け取ってみましょう！