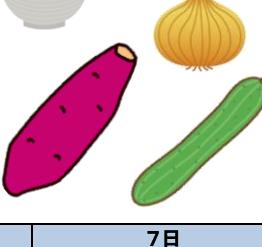


* 5月のこんだて予定表 *

月	栄養量	火	栄養量	水	栄養量	木	栄養量	金	栄養量
<p>・今月予定している地場産物は…</p> <p>・米、きゅうり、さつまいも、玉ねぎ、たけのこです。</p>		<p>ごはん 牛乳 八宝菜 きゅうり 大芋スティック</p>	<p>エネルギー 653kcal P: 23.4g F: 19.3g 食塩 2.0g</p>	<p>1日</p> <p>ごはん 牛乳 八宝菜 きゅうりの甘酢あえ 大芋スティック</p>	<p>エネルギー 600kcal P: 21.7g F: 21.1g 食塩 1.6g</p>	<p>2日</p> <p>たけのこごはん 牛乳 ほうれん草のごまあえ みそ汁 クリームソーダ風ゼリー</p>	<p>エネルギー 600kcal P: 21.7g F: 21.1g 食塩 1.6g</p>		
<p>5日</p> <p>ひどものひ</p> 	<p>6日</p> <p>ふりかえきゅうじつ 振替休日</p>	<p>7日</p>	<p>ごはん ふりかけ 牛乳 すき焼き風煮 マカロニサラダ</p>	<p>エネルギー 649kcal P: 21.8g F: 23.8g 食塩 2.2g</p>	<p>8日</p> <p>きな粉揚げパン 牛乳 煮込みうどん かみかみサラダ</p>	<p>エネルギー 713kcal P: 27.7g F: 27.8g 食塩 3.2g</p>	<p>ごはん 牛乳 アジフライ みそ汁</p>	<p>エネルギー 604kcal P: 20.2g F: 21.8g 食塩 1.3g</p>	
<p>そぼろごはん 牛乳 さつきじる 五月汁 バナナ</p>	<p>12日</p> <p>ごはん 牛乳 豚肉と野菜の生姜炒め のっつい汁</p>	<p>13日</p> <p>ごはん 牛乳 大豆ミンチ 油あげ みそ 牛乳 のんじん スナップえんどう 玉ねぎ たけのこ ふき しいたけ バナナ</p>	<p>14日</p> <p>ごもく 五目チヤーハン 牛乳 卵スープ</p>	<p>エネルギー 621kcal P: 24.5g F: 24.9g 食塩 2.0g</p>	<p>ごはん 牛乳 ふくらぎのかば焼き風 おひたし みそ汁</p>	<p>エネルギー 628kcal P: 23.5g F: 23.8g 食塩 1.8g</p>	<p>カレーライス 牛乳 マセドアンサラダ</p>	<p>エネルギー 656kcal P: 24.0g F: 20.8g 食塩 2.0g</p>	
<p>19日</p> <p>うんどうかい 運動会の振替</p>	<p>20日</p> <p>ごはん 牛乳 ハンバーグ ポテトサラダ みそ汁</p>	<p>21日</p> <p>ごはん 牛乳 とうふのカレー煮 春雨サラダ ヨーグルト</p>	<p>エネルギー 608kcal P: 22.2g F: 20.8g 食塩 1.8g</p>	<p>エネルギー 693kcal P: 27.6g F: 21.8g 食塩 2.0g</p>	<p>食パン ジャム 牛乳 牛肉コロッケ ボイルブロッコリー キャベツのミルクスープ</p>	<p>エネルギー 659kcal P: 23.3g F: 23.3g 食塩 2.8g</p>	<p>チキンライス 牛乳 わかれとツナのサラダ たまご 鶏とチンゲン菜のスープ</p>	<p>エネルギー 577kcal P: 23.4g F: 18.5g 食塩 2.5g</p>	
<p>26日</p> <p>ふうに おでん風煮 ひじきの炒り煮 キャンディチーズ</p>	<p>27日</p> <p>ごはん 牛乳 魚のみそ香り揚げ 磯香あえ みそ汁</p>	<p>28日</p> <p>ごはん 牛乳 若鶏のバーベキューソース ごまじやこサラダ 厚あげのみそ汁</p>	<p>エネルギー 617kcal P: 24.9g F: 20.6g 食塩 2.2g</p>	<p>エネルギー 606kcal P: 24.6g F: 21.6g 食塩 1.8g</p>	<p>ごはん 牛乳 ホイコーロー^(にだんご) 肉団子のスープ</p>	<p>エネルギー 585kcal P: 24.6g F: 19.4g 食塩 2.2g</p>	<p>きのこごはん 牛乳 メンチカツ 塩こんぶあえ みそ汁</p>	<p>エネルギー 585kcal P: 0.2g F: 0.2g 食塩 1.8g</p>	
<p>29日</p> <p>ごはん 牛乳 さつあげ うずら卵 大豆 油あげ 厚あげ 牛乳 塩こんぶ ひじき チーズ</p>	<p>30日</p> <p>ごはん 牛乳 にんじん 小松菜 キャベツ きゅうり コーン 大根 玉ねぎ にんにく しいたけ</p>	<p>31日</p> <p>ごはん 牛乳 豚肉 ぶたひき肉 とうふ 牛乳</p>	<p>エネルギー 585kcal P: 24.6g F: 17.6g 食塩 1.7g</p>	<p>エネルギー 585kcal P: 0.2g F: 0.2g 食塩 1.8g</p>	<p>ごはん 牛乳 にんじん 小松菜 キャベツ きゅうり しいたけ</p>	<p>エネルギー 585kcal P: 0.2g F: 0.2g 食塩 1.8g</p>	<p>ごはん 牛乳 にんじん 小松菜 キャベツ きゅうり しいたけ</p>	<p>エネルギー 585kcal P: 0.2g F: 0.2g 食塩 1.8g</p>	