

# 5月

# わくわく献立表

輪島分校

<p>1日(月)</p> <p>ごはん</p> <p>オムレツ やさしいた 野菜炒め にく 肉じゃが ぎゅうにゅう 牛乳</p>	<p>2日(火)</p> 				
<p>8日(月)</p> <p>ごはん からあ ハタハタ唐揚げ</p> <p>からしあえ とんじる 豚汁 ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>かしわもち</p>	<p>9日(火)</p> <p>ごはん</p> <p>ポークシュウマイ ごもくにまめ 五目煮豆 けんちん汁 ぎゅうにゅう 牛乳</p>	<p>10日(水)</p> <p>むぎめし (麦飯)</p> <p>アスパラガスのカレー</p> <p>キャベツのサラダ ぎゅうにゅう 牛乳</p>	<p>11日(木)</p> <p>ごはん</p> <p>コロッケ</p> <p>マカロニサラダ</p> <p>とうふのすまし汁 ぎゅうにゅう 牛乳</p>	<p>12日(金)</p> <p>ごはん</p> <p>てりやきチキン きりぼしだいこん 切干大根のそぼろ炒め 具だくさん汁 ぎゅうにゅう 牛乳</p>	
<p>15日(月)</p> <p>ごはん あ うお やさいいた 揚げ魚の野菜炒め</p> <p>じゃがいものみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>みかんゼリー</p>	<p>16日(火)</p> <p>むぎめし (麦飯)</p> <p>とりごぼう丼</p> <p>グリーンサラダ にくだんご 肉団子スープ ぎゅうにゅう 牛乳</p>	<p>17日(水)</p> <p>ごはん たまご 卵ロール</p> <p>もやしのピリ辛あえ</p> <p>マーボーどうふ ぎゅうにゅう 牛乳</p>	<p>18日(木)</p> <p>きゅうしよく ひ かみかみ給食の日</p> <p>ごはん とりにく あまから 鶏肉の甘辛がらめ きりぼしだいこん 切干大根のごまマヨあえ さつきじる 五月汁 ぎゅうにゅう 牛乳</p>		<p>19日(金)</p> <p>げん ごはん(減)</p> <p>焼きそば</p> <p>わかめとえのきのスープ ぎゅうにゅう 牛乳</p>
<p>22日(月)</p> 	<p>23日(火)</p> <p>ごはん</p> <p>メンチカツ</p> <p>ジャーマンポテト</p> <p>キャベツとマカロニのスープ ぎゅうにゅう 牛乳</p>	<p>24日(水)</p> <p>むぎめし (麦飯)</p> <p>シチューライス やさしい 野菜のナムル ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>さくらんぼゼリー</p>	<p>25日(木)</p> <p>ごはん</p> <p>ウインナーのケチャップがけ</p> <p>ポテトサラダ あつあ 厚揚げのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳</p>	<p>26日(金)</p> <p>わかめごはん</p> <p>イカリングフライ</p> <p>ツナサラダ</p> <p>じゃがいもとベーコンのスープ ぎゅうにゅう 牛乳</p>	
<p>29日(月)</p> <p>ごはん いそべ ちくわの磯辺あげ</p> <p>うの花 た あ 炊き合わせ ぎゅうにゅう 牛乳</p>	<p>30日(火)</p> 	<p>31日(水)</p> <p>たけのこごはん</p> <p>かぼちゃシュウマイ はるさめ 春雨サラダ</p> <p>じゃがいものみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳</p>	<p>きゅうしよく ひ かみかみ給食の日</p> <p>よくかんで食べることを意識して きゅうしよく た 給食を食べましょう。</p> <p>かむことは、口の筋肉や舌を動かす くち きんにく した うご ので、活舌がよくなります。</p>		