

令和 7年 5月

給食



5月の予定
給食献立表



月	火	水	木	金	土	日
			1日	2日	3日	4日
			肉じゃが 223kCal ごはん 234kCal 卵焼き 74kCal 豆腐のみそ汁 44kCal	豆腐ハンバーグ 147kCal ごはん 234kCal 野菜のきんぴら 57kCal すまし汁 23kCal	鶏南蛮 206kCal ごはん 234kCal もやしのナムル 17kCal じゃが芋のみそ汁 41kCal	★休日★
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
★休日★	★休日★	うどん 142kCal 玉子焼き 74kCal かき揚げ 96kCal 野菜の胡麻和え 51kCal	肉団子の甘酢あん 182kCal ごはん 234kCal もやしナムル 17kCal 中華スープ 42kCal	豆腐チャンプル 206kCal ごはん 234kCal にんじんしりしり 31kCal きのこのスープ 29kCal	ハヤシライス 419kCal ポテトサラダ 32kCal コンソメスープ 35kCal バナナ 42kCal	★休日★
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
白身フライ 180kCal ごはん 234kCal コールスロー 23kCal じゃが芋みそ汁 41kCal	和風パスタ 124kCal きなこドーナツ 149kCal 和風サラダ 35kCal コンソメスープ 35kCal	親子丼 430kCal かぼちゃの煮物 47kCal 酢の物 20kCal きのこのみそ汁 36kCal	マーボー豆腐 232kCal ごはん 234kCal 中華サラダ 25kCal かきたまスープ 42kCal	メンチカツ 142kCal ごはん 234kCal ポテトサラダ 32kCal コンソメスープ 35kCal	からあげ 353kCal ごはん 234kCal マカロニサラダ 80kCal 野菜スープ 35kCal	★休日★
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
枝豆ごはん 230kCal きんぴら野菜 57kCal ミートボール 67kCal 豆腐のみそ汁 44kCal	ちくわの卵とじ丼 390kCal もやしとニラのベーコン炒め 56kCal キャベツのみそ汁 16kCal	あんかけ豆腐 170kCal ごはん 234kCal もやしのナムル 17kCal 豆腐とわかめのみそ汁 47kCal	ちゃんぽん 271kCal 揚げギョーザ 88kCal 冷やっこ 18kCal ゼリー 21kCal	鶏肉のみそ焼き 317kCal ごはん 234kCal いんげんの和え物 39kCal 豆腐のみそ汁 44kCal	中華丼 327kCal 春雨サラダ 28kCal すまし汁 23kCal バナナ 42kCal	★休日★
26日	27日	28日	29日	30日	31日	
チリコンカン 106kCal ごはん 234kCal コールスロー 23kCal コンソメスープ 35kCal	肉豆腐 229kCal ごはん 234kCal 野菜の白和え 20kCal かきたまスープ 42kCal	そぼろ丼 403kCal 小松菜のお浸し 45kCal なめこのみそ汁 32kCal	コロッケ 98kCal ごはん 234kCal きんぴらごぼう 57kCal すまし汁 23kCal	焼きそば 208kCal 酢の物 20kCal イモ天 74kCal 厚揚げのみそ汁 62kCal	シチュー 146kCal ごはん 234kCal ひじきサラダ 54kCal きなこドーナツ 149kCal	

※ごはんのカロリーは基準値となっております。