

令和5年度

5月中旬の給食



GWが終わり、勉強や部活がさらに活発になってきました。

毎日元気に過ごすためには、食事と睡眠をしっかりとることが基本です。特に1日の始まりの食事である「朝ごはん」は眠っていた脳と体を目覚めさせ、活動始めるためのエネルギーになるとともに、規則正しい生活を整えるなど、重要な役割を果たしています。

5月16日 火曜日

- *わかめごはん
- *つくねバーグ
- *大根の和風サラダ
- *みそ汁
- *牛乳



5月17日 水曜日

- *ミートカレーライス
- *ビーンズサラダ
- *デコボン
- *ジョア(ブルーベリー)



5月18日 木曜日

- *菜飯
- *かつおの揚げ煮
- *ごま酢和え
- *小松菜のみそ汁
- *牛乳



5月19日 金曜日

- *シナモンコーヒーロール
- *カレーポトフ
- *こんにゃくサラダ
- *牛乳



5月22日 月曜日

- *じゃこ入りたくあんごはん
- *野菜の香味和え
- *がんもどきと野菜の煮物
- *牛乳



5月23日 火曜日

- *ごはん
- *ホイコーロー
- *わかめスープ
- *アンデスメロン
- *牛乳

