

令和7年度

# 5月下旬の給食



気温の安定しない日が続き、体調管理が難しいですね。そんな時は自分の生活を振り返ってみましょう。食事や睡眠時間などのリズムを整えることで、不調を防ぐことができます。

5月 16日 金曜日

\*ひじきごはん      \*さばのネギ塩焼き  
\*せんべい汁      \*牛乳



5月 19日 月曜日

\*かやくごはん      \*さわらのごまみそ焼き  
\*こしね汁      \*牛乳



5月 20日 火曜日

\*あんかけ焼きそば      \*フルーツ白玉  
\*牛乳



5月 21日 水曜日

\*チキンカレーライス      \*ツナサラダ  
\*ジョア(ブルーベリー)



5月 22日 木曜日

\*わかめごはん      \*豚肉の生姜焼き  
\*コールスローサラダ      \*けんちん汁      \*牛乳



5月 27日 火曜日

\*菜めし      \*かつおの揚げ煮  
\*ごま酢あえ      \*みそ汁      \*牛乳



5月 28日 水曜日

\*シナモンコーヒーロール      \*チリコンカン  
\*グリーンサラダ      \*牛乳



5月 29日 木曜日

\*胚芽米ごはん      \*麻婆豆腐  
\*バンサンスウ      \*牛乳



5月 30日 金曜日

\*胚芽米ごはんとのりの佃煮      \*キャベツのおひたし  
\*じゃがいもと大根のそぼろ煮      \*牛乳

