

曜	月	火	水	木	金	土
日	5月の目標は「仲良く食べよう」です。春の野菜を取り入れ、春らしく色彩豊かな給食を提供していきます。春野菜には、冬を乗り越えたからこそ含まれるすぐれた栄養素があることをご存知ですか？寒さがまだ厳しい時期に芽を出し、成長するための栄養素などが春野菜にはため込まれているので、栄養が豊富なことはもちろん、解毒作用や抗酸化作用も高いと言われています。そして、今月は暖かい日が多くなってくるので、外に出てランチルームとは違った雰囲気の中での食事“青空ランチ”を行う予定です。お友達と仲良く、食事を楽しんでいきます。					
予定	即位の日					
昼食	   					
午後のおやつ						
日	6	7	8	9	10	11
予定	振替休日					
昼食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦入りご飯</li> <li>・鯖の塩焼き</li> <li>・春ごぼうの金平</li> <li>・キャベツと椎茸の味噌汁</li> <li>・甘夏</li> </ul>					
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お麩ラスク</li> <li>・牛乳</li> </ul>					
kcal	488					
日	13	14	15	16	17	18
予定	青空ランチ					
昼食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・雑穀ご飯</li> <li>・豆腐のつくね焼き</li> <li>・切干大根のさっぱりサラダ</li> <li>・かぶと油揚げの味噌汁</li> <li>・アメリカンチェリー</li> </ul>					
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・じゃがバター</li> <li>・小魚</li> <li>・牛乳</li> </ul>					
kcal	521					
日	20	21	22	23	24	25
予定	誕生会					
昼食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ハヤシライス</li> <li>・新じゃが芋のポテトサラダ</li> <li>・春キャベツとウインナーのコンソメスープ</li> <li>・カラフルカルピスポンチ</li> </ul>					
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お楽しみチーズケーキ</li> <li>・紅茶</li> </ul>					
kcal	505					
日	27	28	29	30	31	運動会
予定	野菜の日					
昼食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・雑穀ご飯</li> <li>・豆腐のつくね焼き</li> <li>・切干大根のさっぱりサラダ</li> <li>・かぶと油揚げの味噌汁</li> <li>・さくらんぼ</li> </ul>					
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・じゃがバター</li> <li>・小魚</li> <li>・牛乳</li> </ul>					
kcal	521					
日	27	28	29	30	31	運動会
予定	野菜の日					
昼食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・雑穀ご飯</li> <li>・豆腐のつくね焼き</li> <li>・切干大根のさっぱりサラダ</li> <li>・かぶと油揚げの味噌汁</li> <li>・さくらんぼ</li> </ul>					
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・じゃがバター</li> <li>・小魚</li> <li>・牛乳</li> </ul>					
kcal	521					
日	27	28	29	30	31	運動会
予定	野菜の日					
昼食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・雑穀ご飯</li> <li>・豆腐のつくね焼き</li> <li>・切干大根のさっぱりサラダ</li> <li>・かぶと油揚げの味噌汁</li> <li>・さくらんぼ</li> </ul>					
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・じゃがバター</li> <li>・小魚</li> <li>・牛乳</li> </ul>					
kcal	521					
日	27	28	29	30	31	運動会
予定	野菜の日					
昼食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・雑穀ご飯</li> <li>・豆腐のつくね焼き</li> <li>・切干大根のさっぱりサラダ</li> <li>・かぶと油揚げの味噌汁</li> <li>・さくらんぼ</li> </ul>					
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・じゃがバター</li> <li>・小魚</li> <li>・牛乳</li> </ul>					
kcal	521					

