

# 5月 網野学校給食予定こんだて表

平成30年4月26日  
京丹後市立橋小学校  
網野学校給食センター

さわやかな季節です！ 4月末から連休があり、生活リズムが不規則になりがちです。せつかく気持ちの良い季節なので、早起きしてしっかり体を自覚めさせましょう！ 		1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)
エネルギー 721kcal たんぱく質 25.3g		エネルギー 840kcal たんぱく質 27.6g	憲法記念日 	みどりの日 	
主食	わかめごはん	主食	白ごはん		
主菜	ちくわの磯辺揚げ	主菜	たけのこのかき揚げ		
副菜	水菜と油揚げの煮びたし	副菜	昆布豆		
副菜	のっぺい汁	副菜	厚揚げとキャベツのみそ汁		
牛乳	牛乳	デザート	かしわもち		
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	
エネルギー 676kcal たんぱく質 25.3g	エネルギー 687kcal たんぱく質 27.8g	エネルギー 754kcal たんぱく質 30.0g	エネルギー 781kcal たんぱく質 26.3g	エネルギー 695kcal たんぱく質 26.9g	
主食	ひじきごはん	主食	白ごはん	主食	親子どんぶり
主菜	豚肉とまびき玉ねぎのめた	主菜	高野の卵とじ	主菜	小松菜のごま和え
副菜	すまし汁	副菜	たけのこの金平	副菜	こんにゃくのおかか煮
デザート	みかんゼリー	副菜	千草和え	副菜	牛乳
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	
エネルギー 704kcal たんぱく質 24.0g	エネルギー 691kcal たんぱく質 24.5g	エネルギー 690kcal たんぱく質 25.1g	エネルギー 819kcal たんぱく質 31.6g	エネルギー 698kcal たんぱく質 27.6g	
主食	白ごはん(特別栽培米)	主食	ベーコンライス(特別栽培米)	主食	白ごはん(特別栽培米)
主菜	きつねうどん	主菜	豚肉と玉ねぎのオイスターソース炒め	主菜	サワラのごまマヨネーズ焼き
副菜	納豆みそ	副菜	五目スープ	副菜	キャベツの昆布和え
副菜	ゆかり和え	デザート	バナナ	副菜	生わかめのみそ汁
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	
エネルギー 759kcal たんぱく質 24.0g	エネルギー 762kcal たんぱく質 25.1g	エネルギー 753kcal たんぱく質 28.5g	エネルギー 752kcal たんぱく質 29.7g	エネルギー 688kcal たんぱく質 26.1g	
主食	白ごはん	主食	白ごはん	主食	キムチチャーハン
主菜	ハムと卵のピザ風焼き	主菜	鶏肉の唐揚げ	主菜	肉団子のスープ
副菜	フレンチサラダ	副菜	ポテトサラダ	副菜	冷やしビーフン
副菜	コンソメスープ	副菜	にらの中華スープ	副菜	オレンジ
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	あさ朝ごはんは頭や体の目覚ましスイッチです。 朝ごはんを食べて体力アップ！ 学力アップ！ 	
エネルギー 720kcal たんぱく質 34.8g	エネルギー 727kcal たんぱく質 31.9g	エネルギー 889kcal たんぱく質 30.0g	エネルギー 663kcal たんぱく質 31.5g		
主食	白ごはん	主食	白ごはん	主食	えんどうごはん
主菜	豆腐とエビのうすくず煮	主菜	ポークビーンズ	主菜	ささみの甘辛がらめ
副菜	ササミときゅうりの和えもの	副菜	ツナのレモンソースサラダ	副菜	たくあん和え
副菜	アーモンドじゃこ	デザート	パインカツケーキ	副菜	しめじのすまし汁
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳