



1日(月)		2日(火)		3日(水)		4日(木)		5日(金)	
エネルギー 771kcal タンパク質 32.5g		エネルギー 766kcal タンパク質 30.6g							
主食	ごはん	主食	ごはん	憲法記念日		みどりの日		こどもの日	
主菜	鶏肉の オニオンソース	主菜	揚げサワラの お茶あんかけ						
副菜	えのきと わかめの炒め煮	副菜	もやしの ごま和え						
副菜	赤だし	副菜	生わかめの 味噌汁						
牛乳		牛乳							
8(月)		9日(火)		10日(水)		11日(木)		12日(金)	
エネルギー 913kcal タンパク質 34.4g		エネルギー 765kcal タンパク質 28.6g		エネルギー 777kcal タンパク質 31.5g		エネルギー 881kcal タンパク質 31.4g		エネルギー 760kcal タンパク質 29.3g	
主食	あぶたま丼 (麦ごはん)	主食	ごはん	主食	ごはん	主食	ごはん	主食	ごはん
主菜		主菜	たけのこバーグ	主菜	サバの生姜煮	主菜	肉豆腐	主菜	イカの チリソース
副菜	豚肉とまびき 玉ねぎのめた	副菜	甘夏サラダ	副菜	アーモンド炒め	副菜	炒めビーフン	副菜	切干大根のナムル
副菜	こんにゃく のかか煮	副菜	マカロニ スープ	副菜	若竹汁	副菜	つぶつぶ みかんゼリー	副菜	ワンタンスープ
デザート	かしわもち	牛乳	マカロニ	牛乳		デザート		牛乳	
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
15日(月)		16日(火)		八十八夜 立春から数えて88日目を八十八夜とい います。霜が降りるのはだいたいこの日ま でなので、このころから本格的な農作業に 入るとい、農家にとっては大事な日です。 「茶摘み」という歌で「夏も近づく八十八 夜」と歌われるように、この時季には茶摘 みも盛んになります。八十八夜の日に摘ん だ茶は上等なものとされ、この日に茶を飲 むと長生きするとも言われているそうです。 今年は5月2日が八十八夜です。 京都の特産品の中にお茶がありますね。 お茶は飲むだけでなく、工夫をして食べる こともできます。5月2日にはサワラの から揚げにお茶の葉の入ったあんをかけて食 べる「サワラのお茶あんかけ」を、後半の 5月30日には竹輪のてんぷらにお茶の葉 を混ぜて油で揚げた「竹輪のお茶揚げ」を 予定しています。		5月5日の『端午の節句・ こどもの日』にはかしわもち やちまきを食べる習慣があり ます。5日は休日なので、給 食では8日にかしわもちを出 します。 なぜ、こどもの日にかしわ もちを食べるようになったの かということ、かしわの木の葉 は新しい芽が出ないと古い葉 が木から落ちないといわれ、 そのことから「子どもが生ま れるまで親は亡くならない。 つまり「家系が絶えない」 「子孫繁栄」と縁起をかつい でこの日に食べられるよう になりました。			
春季大会 振り替え 休業日 体をゆっくり 休めましょう。		エネルギー 799kcal タンパク質 35.2g							
		主食 ひじきごはん (特別栽培米)							
		主菜 豚肉のしょうが炒め							
		副菜 たくあん和え							
		副菜 ふのすまし汁							
		牛乳							

*給食物資状況により、急遽変更になることがあります。ご了承ください。

*給食物資状況により、急遽変更になることがあります。ご了承ください