



# 令和8年度 5月給食もりつけ表 (A)

月	火	水	木	金
<p>&lt;今月の目標&gt; <b>食事のマナーを身に付けよう</b></p>				
<p>姿勢を正そう</p> <p>机と体の間をこぶし1つ分くらい開けて、背筋を伸ばして食べましょう。</p>	<p>わんを持って食べよう</p> <p>茶わんやおわんは持って食べると姿勢もよくなり、食べこぼしも防げます。</p>	<p>はしを正しく持とう</p> <p>下のはしは動かさず、人差し指と中指で上のはしだけを動かそうね。</p> <p>「つまむ」「切る」「さく」「すくう」など、はしの機能を生かしましょう。</p>	<p>おおいた産給の日</p> <p>ごぼう</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>1</p> <p>子どもの日</p> <p>かつおフライ</p> <p>ごはん</p> <p>新玉ねぎのカーレー</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>
<p>主にエネルギーのもとになる食品</p>			<p>主に体を作るもとになる食品</p>	
<p>主に体の調子を整えるもとになる食品</p>			<p>主に体の調子を整えるもとになる食品</p>	
<p>4</p> <p>みどりの日</p>	<p>5</p> <p>こどもの日</p>	<p>6</p> <p>振替休日</p>	<p>7</p> <p>ハンバーグのデミグラスソースかけ</p> <p>ごはん</p> <p>グリーンスープ</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>8</p> <p>ブロッコリーのマヨ和え</p> <p>ごはん</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>
<p>主にエネルギーのもとになる食品</p>			<p>主に体を作るもとになる食品</p>	
<p>主に体の調子を整えるもとになる食品</p>			<p>主に体の調子を整えるもとになる食品</p>	
<p>11</p> <p>いわしの梅みそ煮</p> <p>ごはん</p> <p>鶏ごぼう汁</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>12</p> <p>からあげレモンソース(2こ)</p> <p>小さいコッペパン</p> <p>タイピーエン</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>13</p> <p>彩り野菜の卵焼き</p> <p>ごはん</p> <p>筑前煮</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>14</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>黒砂糖パン</p> <p>チリコンカン</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>15</p> <p>チンジャオロース</p> <p>ごはん</p> <p>わかめスープ</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>
<p>主にエネルギーのもとになる食品</p>			<p>主に体を作るもとになる食品</p>	
<p>主に体の調子を整えるもとになる食品</p>			<p>主に体の調子を整えるもとになる食品</p>	
<p>18</p> <p>うま塩ひじき</p> <p>ごはん</p> <p>厚揚げのみそ煮</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>19</p> <p>ミルク味 タンドリーチキン(2こ)</p> <p>コッペパン</p> <p>コンソメスープ</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>20</p> <p>おおいた産給の日</p> <p>あじあおさフライ</p> <p>ごはん</p> <p>五目きんぴら</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>21</p> <p>アスパラガスとコーンのサラダ</p> <p>小さいコッペパン</p> <p>スパゲティナポリタン</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>22</p> <p>切干大根丼の具</p> <p>ごはん</p> <p>コーン中華スープ</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>
<p>主にエネルギーのもとになる食品</p>			<p>主に体を作るもとになる食品</p>	
<p>主に体の調子を整えるもとになる食品</p>			<p>主に体の調子を整えるもとになる食品</p>	
<p>25</p> <p>さばのソース焼き</p> <p>ごはん</p> <p>具だくさんみそ汁</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>26</p> <p>フルーツのさくらんぼゼリー和え</p> <p>コッペパン</p> <p>新じゃがのクリーム煮</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>27</p> <p>ちくわのお茶揚げ(2本)</p> <p>少なめゆかりごはん</p> <p>三つ葉入りうどん</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>28</p> <p>しゅうまい(2こ)</p> <p>ミルクパン</p> <p>八宝菜</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>	<p>29</p> <p>キャベツとチーズのサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>ハヤシライス</p> <p>エネルギー kcal たんぱく質g(中学校・7~9年生)</p>
<p>主にエネルギーのもとになる食品</p>			<p>主に体を作るもとになる食品</p>	
<p>主に体の調子を整えるもとになる食品</p>			<p>主に体の調子を整えるもとになる食品</p>	

都合により献立内容を変更する場合があります。