



| 日 | こんだてめい | | おもなざいりようめい | | エネルギーのもとになる | | おもにからだをつくるもとになる | | エネルギーのたんぱく質 | |
|--------|--|--------|------------|------------------|-------------|---------|-----------------|------------------|-------------|-------|
| | ごはん | 牛乳 | さば | 牛乳 | ごはん | 牛乳 | さば | 牛乳 | たんぱく質 | エネルギー |
| 1 (水) | ごはん | 牛乳 | さば | 牛乳 | ごはん | 牛乳 | さば | 牛乳 | たんぱく質 | エネルギー |
| 2 (木) | 【こどもの日 献立】 ごはん | 牛乳 | ハンバーグ | ケチャップ | ごはん | 牛乳 | さとう | あぶら | たんぱく質 | エネルギー |
| 3 (金) | じゃがいものみそがらめ | かきたま | さんしょくゼリー | | | | | | | |
| 6 (月) | 憲法記念日 振替休日 | | | | | | | | | |
| 7 (火) | ごもくうどん | 牛乳 | ちくわ | 牛乳 | ソフトめん | あぶら | ちくわ | 牛乳 | たんぱく質 | エネルギー |
| 8 (水) | トマト | ハヤシライス | 牛乳 | オムレツ | かいそう | サラダ | ごはん | 牛乳 | たんぱく質 | エネルギー |
| 9 (木) | ごはん | 牛乳 | しょうろん | ぼう1・2年①、3~6年・職員② | ごはん | 牛乳 | しょうろん | ぼう1・2年①、3~6年・職員② | たんぱく質 | エネルギー |
| 10 (金) | しよくパン | 牛乳 | キーマカレー | アルファベットのスープ | フルーツ | クリーム | あえ | ごはん | 牛乳 | たんぱく質 |
| 13 (月) | ごはん | 牛乳 | ますのマヨネーズ | ふうみやき | ぶたにく | とじ | じゃがいもの | もの | たんぱく質 | エネルギー |
| 14 (火) | とりに | な | ぼん | うどん | 牛乳 | かきあげ | キャベツ | の | ごま | あえ |
| 15 (水) | ごはん | 牛乳 | ぶたにく | の | バーベキュー | ソース | はる | さめ | サラダ | |
| 16 (木) | ごはん | 牛乳 | あじ | フライ | (ソース) | ごもく | きん | びら | はく | さい |
| 17 (金) | ホット | ドック | 牛乳 | シーザー | サラダ | スープ | バス | | | |
| 20 (月) | 「茨城をたべようweek(ウィーク)」 毎月第3日曜日は「茨城をたべようDay(デイ)」,そこから始まる1週間は「茨城をたべようWeek(ウィーク)」です。 | | | | | | | | | |
| 20 (月) | カレー | ライス | 牛乳 | どうぶ | ナゲット | 児童②、職員③ | フルーツ | ヨーグルト | あえ | |
| 21 (火) | しょう | ゆ | ラーメン | 牛乳 | ビッグ | ぎ | よう | ざ | こ | まつ |
| 22 (水) | ごはん | 牛乳 | あつ | きた | ま | ご | す | き | や | き |
| 23 (木) | ごはん | 牛乳 | い | かの | レモン | ソース | かけ | ぶ | た | に |
| 24 (金) | しょう | れん | そう | サラダ | ジュ | リ | エン | ズ | ス | プ |
| 27 (月) | 振替休日 | | | | | | | | | |
| 28 (火) | スパ | ゲ | ッ | チ | ミ | ー | ト | ソ | ウ | ス |
| 29 (水) | ごはん | 牛乳 | とりに | くの | から | あげ | ご | う | み | ソ |
| 30 (木) | とりに | ぼ | ろ | ん | 牛乳 | きゅう | り | と | キ | ャ |
| 31 (金) | あげ | パン | 牛乳 | ス | ペ | イ | ン | ふ | う | オ |

物質の都合により献立の内容が変更になることがあります。使用量の少ない食品は、材料名を記載していません。詳細な内容が必要な場合は、お問い合わせください。