

## 5月 給食献立表

日 曜	星 食	お や つ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる
7 火	お粥 じゃがいものペースト 大根の味噌汁		淡色辛みそ	米・じゃがいも	にんじん・大根
8 水	お粥 にんじんのペースト キャベツの味噌汁		淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ・キャベツ
9 木	お粥 じゃがいものペースト 豆腐の味噌汁		絹ごし豆腐、淡色辛みそ	米・じゃがいも	にんじん
10 金	お粥 にんじんのペースト じゃがいもの味噌汁		淡色辛みそ	米・じゃがいも	にんじん・たまねぎ
11 土	お粥 ブロッコリーのペースト 玉ねぎの味噌汁		淡色辛みそ	米	ブロッコリー、にんじん・たまねぎ
13 月	お粥 たまねぎのペースト さつまいもの味噌汁		淡色辛みそ	米・さつまいも	たまねぎ・にんじん
14 火	お粥 にんじんのペースト 大根の味噌汁		淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん・大根
15 水	お粥 大根のペースト 玉ねぎの味噌汁		淡色辛みそ	米	にんじん・大根・たまねぎ
16 木	お粥 にんじんのペースト じゃが芋の味噌汁		淡色辛みそ	米・じゃがいも	たまねぎ・にんじん
17 金	お粥 たまねぎのペースト キャベツの味噌汁		淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん・キャベツ
18 土	お粥 にんじんのペースト ほうれんそうの味噌汁		淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう
20 月	お粥 たまねぎのペースト 大根の味噌汁		淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん・大根
21 火	お粥 にんじんのペースト キャベツの味噌汁		淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん・キャベツ
22 水	お粥 たまねぎのペースト さつまいもの味噌汁		淡色辛みそ	米・さつまいも	にんじん・たまねぎ
23 木	お粥 大根のペースト 豆腐の味噌汁		本欄豆腐、淡色辛みそ	米	たまねぎ・大根
24 金	お粥 トマトのペースト キャベツの味噌汁		淡色辛みそ	米	たまねぎ・トマト・キャベツ
27 月	お粥 じゃがいものペースト 豆腐の味噌汁		本欄豆腐、淡色辛みそ	米・じゃがいも	にんじん
28 火	お粥 キャベツのペースト 大根の味噌汁		淡色辛みそ	米	キャベツ、にんじん・大根
29 水	お粥 たまねぎのペースト かぼちゃの味噌汁		淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ・かぼちゃ
30 木	お粥 キャベツのペースト じゃがいもの味噌汁		淡色辛みそ	米・じゃがいも	キャベツ、にんじん
31 金	お粥 にんじんのペースト キャベツの味噌汁		淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん・キャベツ

## ☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
92 kcal	2.1 g	0.4 g	12 mg	0.3 mg	69 μg	0.04 mg	0.01 mg	6 mg

※材料の都合により、献立が一部変更になる場合がありますので、ご了承ください。※そば、落花生のつくった食材は使用しておりません。