

5月 こんだてひょう



月	火	水	木	金
<p>※高山市では、給食の食材にかかる費用の1/3を市が助成しています。</p> <p>※学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループの一部助成を受けています。</p> <p>※牛乳は毎日つきます。農林水産省の一部助成を受けています。</p> <p>※食材の購入等により献立が変更になることがあります。</p> <p>※学校給食の栄養量の基準 エネルギー：小学校650kcal 中学校830kcal 塩分：小学校2.0g 中学校2.5g</p>	<p>新年度が始まり、早くもひと月が過ぎようとしています。5月は1年の中でも比較的過ごしやすい時期ですが、急に気温が上がることもあり、体がまだ暑さに慣れていないため、熱中症には特に注意が必要です。新しい環境への疲れも出てくるころですので、睡眠をしっかりとして体調を整え、朝ごはんを必ず食べてから登校するようにしましょう。</p>	<p>1</p> <p>キャベツのおかあえ かつおフライ</p> <p>たけのこごはん すましじる</p> <p>エネルギー(kcal) 小:692 中:880 塩分(g) 小:2.7 中:3.5</p>	<p>2</p> <p>高山市 教育研究会 のため 給食なし</p>	
	<p>5</p> <p>子どもの日</p>	<p>6</p> <p>振替休日</p>	<p>7</p> <p>こまつなののりずあえ わふうにくみハンバーグ</p> <p>むぎごはん じゃがいもみそじる</p> <p>エネルギー(kcal) 小:622 中:806 塩分(g) 小:2.0 中:2.5</p>	<p>8</p> <p>ごもくきんぴら あげどうふのこまだれかけ</p> <p>むぎごはん ほうれんそうのみそじる</p> <p>エネルギー(kcal) 小:610 中:798 塩分(g) 小:1.8 中:2.3</p>
<p>12</p> <p>だいこんとツナのサラダ しろみさかなのフリッター</p> <p>やしそば</p> <p>エネルギー(kcal) 小:633 中:791 塩分(g) 小:2.5 中:3.2</p>	<p>13</p> <p>こりっこりあえ とりにくとこうやどうふのみそレモンあえ</p> <p>むぎごはん わかたけじる</p> <p>エネルギー(kcal) 小:608 中:785 塩分(g) 小:1.8 中:2.3</p>	<p>14</p> <p>グリーンサラダ あじのレモンあけ</p> <p>おちゃパン クリームソース</p> <p>エネルギー(kcal) 小:654 中:864 塩分(g) 小:2.4 中:3.3</p>	<p>15</p> <p>ひじきのいために とりにくのかわりやき</p> <p>むぎごはん たけのこみそじる</p> <p>エネルギー(kcal) 小:648 中:826 塩分(g) 小:2.0 中:2.5</p>	<p>16</p> <p>町内一斉 美化の日</p>
<p>19</p> <p>いそかあえ いもち</p> <p>いなかうどん</p> <p>エネルギー(kcal) 小:602 中:763 塩分(g) 小:1.8 中:2.3</p>	<p>20</p> <p>お弁当給食</p> <p>ブロックリーのおかかあえ フライドポテト とりのからあげ</p> <p>わかめごはん</p>	<p>21</p> <p>シャキシャキサラダ ホキのケチャップがらめ</p> <p>くるパン ほうろくキャベツのスープ</p> <p>エネルギー(kcal) 小:610 中:769 塩分(g) 小:2.5 中:3.2</p>	<p>22</p> <p>げんきサラダ ちぐさやき</p> <p>むぎごはん さやえんどうのみそじる</p> <p>エネルギー(kcal) 小:637 中:821 塩分(g) 小:1.7 中:2.2</p>	<p>23</p> <p>ほうれんそうのこまドレッシング ぶたにくのしょうがやき</p> <p>むぎごはん しんたまねぎのみそじる</p> <p>エネルギー(kcal) 小:649 中:812 塩分(g) 小:2.1 中:2.6</p>
<p>26</p> <p>ごしよくサラダ ごさかなアーモンド</p> <p>ソフトめん みそソース</p> <p>エネルギー(kcal) 小:681 中:887 塩分(g) 小:2.1 中:2.6</p>	<p>27</p> <p>パンソース はるまき</p> <p>むぎごはん マーボーどうふ</p> <p>エネルギー(kcal) 小:698 中:909 塩分(g) 小:1.9 中:2.5</p>	<p>28</p> <p>かいそうサラダ とりにくのカレーやき</p> <p>コッパパン はるやさいのホット</p> <p>エネルギー(kcal) 小:647 中:799 塩分(g) 小:2.4 中:3.2</p>	<p>29</p> <p>いとかまほこのごまずあえ さばのごまだれやき</p> <p>むぎごはん たぬきじる</p> <p>エネルギー(kcal) 小:636 中:808 塩分(g) 小:2.0 中:2.5</p>	<p>30</p> <p>パリパリあえ チョコファイ</p> <p>カレーライス</p> <p>エネルギー(kcal) 小:703 中:908 塩分(g) 小:1.5 中:1.9</p>