

食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

こ ん だ て	給食では、今帰仁村や県産、地元食材を中心に活用し、給食提供に努めています。 今月のゆめじん産食材 きゅうり ピーマン たまねぎ じゃがいも いんげん パパイア とうがん ゴーヤー しょうが かぼちゃ トマト なす にら もずく とうふ	🌸 今月のうちな一行事食 🌸 5月15日 本土復帰記念 15日(水)に沖縄の本土復帰を記念した献立を提供します。復帰から今年で52年目になります。沖縄の歴史と平和の大切さを考える機会にしてほしいです。	1(水) 牛乳 ★紅芋チーズケーキ 海藻サラダ ペペロンチーノ	2(木) 今小・兼小欠食 牛乳 柏餅 五色和え 若竹ごはん 魚のお汁 こどもの日献立	3(金) いんげん ぼうし せん ぼうし 宝法記念日
	あ か き み ど り		とりにく パーコン かいそう ツナ たまご きゅうにゅう クリームチーズ まめ スパゲッティ あぶら さとう パター べにいも キャベツ にんじん しめじ こまつな いんげん ながいも パパイア	とりにく さかな とうふ きゅうにゅう あぶらあげ あぶら さとう こま	だけのこ こんにゃく にんじん ねぎ だいこん こまつな しょうが キャベツ もやし きゅうり あかひーまん
こ ん だ て	6(月) 振替休日	7(火) 牛乳 ブロッコリーのレモン和え 魚のチーズソース焼き 麦ごはん もずくスープ	8(水) 牛乳 バナナ ゴーヤーチップス わかめご飯 肉じゃが ゴーヤーの日	9(木) 牛乳 寒天の中華和え さつま芋のシークワサー煮 ジャージャー麺	10(金) 牛乳 なかよし黒糖プリン ★親子丼(麦ごはん) 冬瓜のすり流し汁 黒糖の日
	あ か き み ど り	もずく とうふ さかな ツナ きゅうにゅう こめ むぎ マヨネーズ さとう えのき ねぎ たまねぎ えりんぎ ブロッコリー カリフラワー ピーマン くだもの	わかめ きゅうにく きゅうにゅう こめ むぎ こま じゃがいも でんぷん あぶら しいたけ こんにゃく たまねぎ にんじん いんげん にがりりバナナ	ぶたにく だいす かんてん ささみ きゅうにゅう めん さとう でんぷん あぶら こま さつまいも たまねぎ なす だけのこ だいこん にんじん こまつな シークワサー	とりにく ちきあぎ なまクリーム きゅうにゅう こめ むぎ あぶら さとう でんぷん こまつな たまねぎ とうがん にんじん しいたけ えのき こまつな
こ ん だ て	13(月) 今中欠食 牛乳 果物 ゴーヤーサラダ ★ポーク卵サンド バーガーパン かぼちゃスープ ポーク卵サンドを作ろう!	14(火) 牛乳 ★きな粉ナッツ チョレギサラダ 麦ごはん タットリタン	15(水) 牛乳 パイ ウサチー スルル小のマス煮 芋ごはん ★クーリジシ 沖縄県復帰記念日	16(木) 牛乳 果物 ★人参シリシリ うじら豆腐 黒米ごはん 中身汁 琉球料理の日(毎月第3木曜日)	17(金) 牛乳 ★抹茶蒸しパン キャベツとナス和え ★かきたまうどん
	あ か き み ど り	とりにく しろいんげんまめ おから たまご ポーク ツナ きゅうにゅう パン じゃがいも あぶら こむぎこ パター でんぷん マヨネーズ かぼちゃ たまねぎ にんじん ほうれんそう にがりり きゅうり たまねぎ	とりにく わかめ のり きなこ きゅうにゅう じゃがいも こめ むぎ あぶら こま アーモンド くるみ さとう たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ こまつな きゅうり	ぶたにく こんぶ きびなご ツナ きゅうにゅう こめ むぎ さつまいも あぶらあげ さとう だいこん ごぼう しいたけ きくらげ こまつな きゅうり パパイア にんじん	ぶたにく とうふ さかなすりみ ひじき あおまめ たまご ツナ きゅうにゅう こめ もちこめ くらまい でんぷん あぶら こんにゃく しょうが にんじん やまいも パパイア にら
こ ん だ て	20(月) 兼小・天小欠食 牛乳 ヨーグルトフルーツ スラッピージョー こっぺパン ポトフ スラッピージョーを作ろう	21(火) 牛乳 ★パインカステラ ★ピーナツ和え うりずんの頃じゅうしい 小満芒種によせて	22(水) 牛乳 ★大豆がらめ じゃが芋の中華和え ★海鮮あんかけ焼きそば	23(木) 牛乳 チョコチップスコーン じゃが芋とブロッコリーのソテ ★トマトチーズリゾット	24(金) 牛乳 豆ようかん ★三色丼(麦ごはん) ゆし豆腐汁
	あ か き み ど り	ウインナー きゅうにく だいす レッドキドニー ヨーグルト きゅうにゅう パン あぶら さとう じゃがいも だいこん にんじん たまねぎ キャベツ ブロッコリー きくらげ トマト パナナ	あおさ あさり ささみ たまご きゅうにゅう こめ むぎ こま ピーナツバター さとう こむぎこ パター だいこん もやし きゅうり ばいんかん	いか えび あさり かにかま ハム だいす きゅうにゅう めん でんぷん こまあぶら じゃがいも アーモンド こま さとう はくさい たまねぎ だけのこ にら きくらげ もやし きゅうり あかひーまん	パーコン えび チーズ ぶたにく きゅうにゅう こめ むぎ じゃがいも こむぎこ さとう チョコレート あぶら たまねぎ コーン にんじん ブロッコリー カリフラワー
こ ん だ て	27(月) 今小欠食 牛乳 果物 おかか和え しらすトースト 豆乳汁	28(火) 牛乳 いんげんのごま和え さばの西京焼き 麦ごはん けんちん汁	29(水) 牛乳 ★スイートポテト きびなごのマリネ ミートソースパゲッティ	30(木) 牛乳 カップカレー肉まん こんにゃくの中華炒め ★キムチチャーハン	31(金) 牛乳 果物 ★元気サラダ マグロカツ 麦ごはん 勝つカレー 中体連応援献立
	あ か き み ど り	しらす とうにゅう チーズ のり ぶたにく いたけすり きゅうにゅう パン マヨネーズ じゃがいも さとう キャベツ たまねぎ コーン にんじん ながねぎ こまつな だいこん くだもの	とりにく とうふ さば きゅうにゅう こまあぶら こめ むぎ さといも あぶらあげ こま さとう だいこん ごぼう にんじん ながねぎ しょうが いんげん もやし	ぶたにく きゅうにく ぶたレバー だいす きびなご なまくりーむ たまご スパゲッティ あぶら さとう さつまいも パター アーモンド きくらげ にんじん たまねぎ ピーマン トマト あかたまねぎ	たまご ぶたにく とうにゅう だいす チーズ きゅうにゅう こむぎこ こめ むぎ あぶら でんぷん たまねぎ あかひーまん にら きくらげ こんにゃく にんにくのめ