

月			火			水			木			金									
正しいしせいで 食べているかな ●背筋をのばす ●ご飯や汁物の おわんは手に持つ ●主食(ご飯・パン) とおかずを交互に 食べる				こんなひとはいませんか? 食べているときは立ち歩かないよ				食器はらんぼう に扱わないよ 食べ物を口に入れたまま話したり、 友達の嫌がる話をしないよ				6 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td></tr><tr><td>725 kcal</td><td>36.0 g</td><td>30.3 g</td></tr></table> バーガーパン 牛乳 チーズハンバーグ キャベツとコーンのソテー ミネストラスープ ミニゼリー				エネルギー	たんぱく質	脂質	725 kcal	36.0 g	30.3 g
エネルギー	たんぱく質	脂質																			
725 kcal	36.0 g	30.3 g																			
9	エネルギー 850 kcal	たんぱく質 26.0 g	脂質 23.2 g	10	エネルギー 721 kcal	たんぱく質 31.3 g	脂質 23.3 g	11	エネルギー 758 kcal	たんぱく質 27.3 g	脂質 18.0 g	12	エネルギー 888 kcal	たんぱく質 35.1 g	脂質 21.6 g						
シーフードカレーライス キャベツとアーモンドのサラダ ネーブル 牛乳				コッペパン ドライブルーベリー ポークソテー トマトソース じゃがいものリヨン風 ジュリエンスープ 牛乳				ごはん 牛乳 コーンとエビのかき揚げ じゃこピーマン わかめのすまし汁				たらこふりかけごはん 牛乳 いかの天ぷら オレンジミニゼリー ほうれん草のごま和え 里芋とえのきのおつゆ									
矢倉舞さん考案料理				中宮校				中宮校				矢倉舞さん考案料理									
16	エネルギー 747 kcal	たんぱく質 33.2 g	脂質 17.1 g	17	エネルギー 858 kcal	たんぱく質 28.5 g	脂質 25.7 g	18	エネルギー 841 kcal	たんぱく質 31.4 g	脂質 20.9 g	19	エネルギー 745 kcal	たんぱく質 34.4 g	脂質 19.7 g						
ごはん 牛乳 あじの梅煮 味付けのり 白菜のおひたし かぼちゃのみそ汁				アップルパン 牛乳 ポテトコロッケ ごぼうとピーコンの洋風さんびら 豆と野菜のスープ				菜飯 牛乳 いわしのしょうが煮 さつま汁 桃ミックスゼリー				えんどう豆ごはん 牛乳 さわらのごまみそ焼き ほうれん草としめじののりひたし ゆばのすまし汁 リンゴミニゼリー									
入道さん考案料理				入道さん考案料理				入道さん考案料理				入道さん考案料理									
23	エネルギー 791 kcal	たんぱく質 30.3 g	脂質 22.6 g	24	エネルギー 726 kcal	たんぱく質 32.3 g	脂質 20.1 g	25	エネルギー 829 kcal	たんぱく質 32.4 g	脂質 28.2 g	26	エネルギー 786 kcal	たんぱく質 29.4 g	脂質 21.9 g						
ごはん 牛乳 マーボー豆腐 ピリカラきゅうり しゃもの天ぷら オレンジ				コッペパン 牛乳 チキンピカタ アプリコットジャム いんげんソテー じゃがいもポタージュ				イタリアンスパゲティ ブロッコリーとハムのサラダ きのこのスープ 牛乳 さつまいもの蒸しパン				わかめごはん 牛乳 イワシフライ ひじき煮 春野菜のみそ汁 冷凍みかん									
入道さん考案料理				入道さん考案料理				入道さん考案料理				入道さん考案料理									
30	中間テスト			31	エネルギー 868 kcal	たんぱく質 30.9 g	脂質 36.2 g	5月18日に えんどうまめの さやむきをします 村でとれたえんどう豆を 使った21日にえん どう豆ごはんを します。 がんばって おいでね!													
入道さん考案料理				入道さん考案料理				6年生が2月の授業で考えた南大立です 5/6 千早小10号台 小学校 山崎 ひなた 新しいリースのハンバーガーを考えたお母さん。 ハンモハンバーガー 風 にはさんで"金"を 6年生のように工夫して作りました。 5/26 赤阪小学校 小堀 咲喜 春らしい色のお開いたので 魚フライにしてみました♪													

[illegible]