



令和 5 年 5 月 献立表



♪夏も近づくと十八夜〜 …この歌を知っていますか？季節を感じながら、5月の給食もいただきますよ！

諸塚中学校

Main table with columns for献立名, ごはん/パン, おもにエネルギーの, おもに体を, おもに体の調子を, 調味料・その他, and 一口メモ. It lists daily menus from May 1st to May 31st, including items like ★だけのこのすまし汁, ★きびなごフライ, ★ゆで野菜, etc.

- ★ ごはん・パンはおもにエネルギーになる食品です。
★ 牛乳は毎日つきます。おもに体をつくる食品です。

◎ 今月は、諸塚産の 米、干しいたけ、たまねぎ・じゃがいも・キャベツ（16日のみ）、とうきび、茶葉、ゆでだけのこ（1日のみ）などを使う予定です。

Table with 2 columns: 栄養成分, 量. Row 1: エネルギー 490 kcal, たんぱく質 21.5 g, 脂質 16.0 g, 食塩 1.7 g.

Table with 2 columns: 栄養成分, 量. Row 1: エネルギー 277 kcal, たんぱく質 27.2 g, 脂質 19.5 g, 食塩 2.2 g.

Table with 2 columns: 栄養成分, 量. Row 1: エネルギー 755 kcal, たんぱく質 32.4 g, 脂質 22.5 g, 食塩 2.7 g.

※茶めしの材料は、こめ、むぎ、茶葉、調味料（だし昆布等）です。

※こどもの日デザートは、砂糖の使用量が最も多いため、黄色のグループに分類しています。