

月	火	水	木	金
1 みかんジャム  牛乳 パン アーモンドサラダ じゃがいものクリーム煮	2 アーモンドいりこ  牛乳 ご飯 凍り豆腐の含め煮 八宝菜	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 
8 行事食 端午の節句 ご飯に混ぜます  牛乳 たけのこご飯 厚焼卵 柏もち たまねぎのみそ汁	9 カミカミ献立 シューマイ 2個ずつ  牛乳 ご飯 魚と大豆のみそがらめ 五目スープ	10 いちごヨーグルト  牛乳 ご飯 ハンバーグのオニオンソース さけふりかけ レンズ豆のスープ	11 中学生レシピコンクール献立 お茶ふりかけ  牛乳 ご飯 切り干しだいこんと厚揚げのうま煮 鶏玉わかめの豆苗スープ	12 もやしのごま酢和え  牛乳 ご飯 納豆 豚肉とじゃがいもの含め煮
15 ソフトチーズ  牛乳 ライ麦パン フランクソーセージのケチャップ煮 キャロットスープ	16 甘夏かんと野菜の甘酢漬け  牛乳 カレーライス(麦ご飯) チーズオムレツ ご飯にかけます	17 大豆入り青のりいりこ 2個ずつ  牛乳 減量ご飯 焼きギョーザ ひじきふりかけ ちゃんぽんうどん	18 ナムル 1尾ずつ  牛乳 ご飯 ししゃもの天ぷら 親子煮	19 食育の日 和食献立・郷土料理 磯香和え  牛乳 ご飯 かつおの角煮 豆腐のみそ汁
22 ゆで野菜サラダ 味のり  牛乳 ご飯 ホキのカレーミニエル ビーンズシチュー	23 冷凍パイ  牛乳 ご飯 さばのごま煮 のっぺい汁	24 高菜漬けの油炒め  牛乳 減量ご飯 厚揚げのからめ煮 焼きビーフン	25 野菜の日献立 アーモンド  牛乳 ご飯 レバニラ炒め ワンタンスープ	26 お楽しみ献立 ムース  牛乳 二色ご飯 ご飯にもりつけます 塩豚汁
29 チョコ大豆クリーム  牛乳 パン ツナサラダ ポークビーンズ	30 あさりの佃煮  牛乳 麦ご飯 キャベツと小松菜のじゃこ炒め 麻婆豆腐	31 黄桃(缶)  牛乳 キャロットパン カレーポテト ミネストローネ	5月献立 中学校【若松・八幡東・八幡西・戸畑】	

※旬の食材
 初がつつお・新じゃがいも
 新にんじん・新たまねぎ
 いら・たけのこ・新茶
 ※地場産の食材
 小松菜・ほうれんそう
 キャベツ・たけのこ・わかめ