



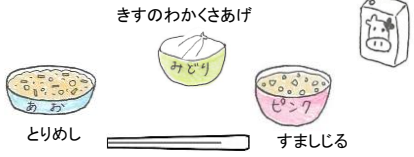
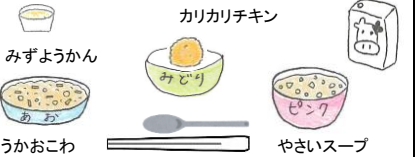


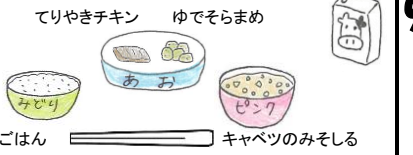
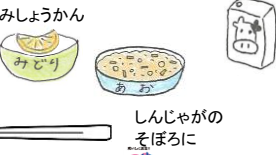
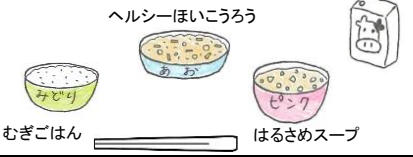

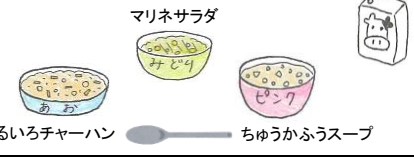
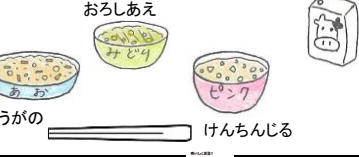
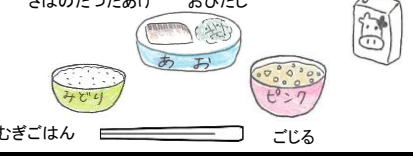


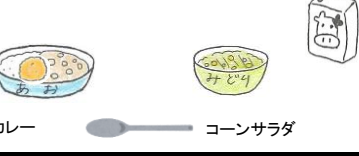


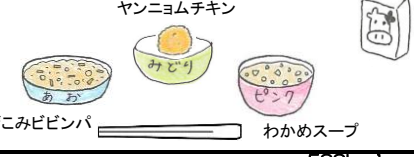

5月 よていこんだてひょう

志木市立宗岡小学校



おはしをたたくつかえていますか？

令和6(2024)年度

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	
<p>減塩プロジェクト</p> <p>志木市で行っているおいしく減塩！減らソルトプロジェクトのロゴマークです。毎月塩分が少ないメニューの日にこのマークでお知らせしています。ご家庭でも減塩を意識してみてください。</p>	<p>1 きすのわかくさあげ</p>  <p>とりめし すましじる</p>		<p>2 カリカリチキン</p>  <p>みずようかん ちゅうかおこわ やさいスープ</p>		<p>けんぽう きねん び</p> <p>憲法記念日</p> 
	<p>表示の説明</p> <p>おもにからだをつくるものになる</p>	<p>おもいからだのちょうしをととのえる</p>	<p>おもにねつやちからのものになる</p>	<p>△△△△△ 535kcal 30.1g</p> <p>ぎゅうにゅう とうふ たまご きす わかめ</p>	
<p>6 ぶりかえ きゅうじつ</p> <p>振替休日</p>	<p>7 はるやさいのスパゲティ インドサモサ</p>  <p>554kcal 26.8g</p>		<p>8 てりやきチキン ゆでそらまめ</p>  <p>むぎごはん キャベツのみそじる</p> <p>558kcal 30.2g</p>		<p>10 みしょうかん</p>  <p>しんじやがのそぼろに</p> <p>533kcal 22.7g</p>
	<p>ぎゅうにゅう パーコン とりにく ぶたにく</p>	<p>たまねぎ パセリ キャベツ にんにく アスパラガス スナップエンドウ だけのこ にんじん</p>	<p>ぎゅうにゅう とりにく わかめ あかみそ しろみそ</p>	<p>1ねんせいどらまめさやむぎ 582kcal 26.0g</p> <p>ぎゅうにゅう メルルーサ シュレッドチーズ ウィンナー きざみのり</p>	
<p>13 ヘルシーほいこうろう</p>  <p>むぎごはん はるさめスープ</p> <p>558kcal 22.1g</p>	<p>14 ナタデココイりぶどうゼリー</p>  <p>おやこどん こんさいごまふうみじる</p> <p>595kcal 28.1g</p>		<p>15 マリネサラダ</p>  <p>はるいろチャーハン ちゅうかふうスープ</p> <p>527kcal 22.8g</p>		<p>17 おろしあえ</p>  <p>かつおしょうがのまぜごはん けんちんじる</p> <p>536kcal 24.2g</p>
	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ パーコン</p>	<p>たまねぎ ごぼう にんじん だいこん ぶどうジュース</p>	<p>ぎゅうにゅう さくらえび たまご とりにく</p>	<p>ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう</p>	
<p>20 さばのたつたあげ おひたし</p>  <p>むぎごはん ごじる</p> <p>665kcal 34.7g</p>	<p>21 しらすとキャベツのサラダ</p>  <p>ぶたどん しめじとやさいのみそじる</p> <p>597kcal 26.7g</p>		<p>22 いかのかりんあげ</p>  <p>ちゅうかめん とんこつラーメンのしる</p> <p>661kcal 34.0g</p>		<p>24 カツカレー</p>  <p>コーンサラダ</p> <p>683kcal 27.7g</p>
	<p>ぎゅうにゅう まさほ だいす あぶらあげ かつおぶし しろみそ</p>	<p>たまねぎ ねぎ キャベツ にんじん だいこん こまつな ぶなしめじ さやえんどう</p>	<p>ぎゅうにゅう やきふた いか</p>	<p>ぎゅうにゅう かつおぶし たまご</p>	
<p>25(土曜日) チーズケーキ のむヨーグルト</p>  <p>けいはん(まぜごはん) けいはん(しる)</p> <p>583kcal 24.1g</p>	<p>28 はちみつレモンゼリー</p>  <p>ホットドッグ ポトフ</p> <p>622kcal 27.5g</p>		<p>29 ヤンニョムチキン</p>  <p>まぜこみピンパ わかめスープ</p> <p>588kcal 27.7g</p>		<p>31 すぶた</p>  <p>あおなとたまごのスープ</p> <p>616kcal 25.5g</p>
	<p>のむヨーグルト たまご とりにく クリームチーズ なまクリーム</p>	<p>ぎゅうにゅう フランクフルト とりにく ウィンナー シュレッドチーズ かんてん</p>	<p>ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく わかめ</p>	<p>ぎゅうにゅう ほっけ わかめ あぶらあげ しおこんぶ あかみそ しろみそ</p>	
<p>うどんかい!</p>	<p>うどんかい!</p>	<p>うどんかい!</p>	<p>うどんかい!</p>	<p>うどんかい!</p>	