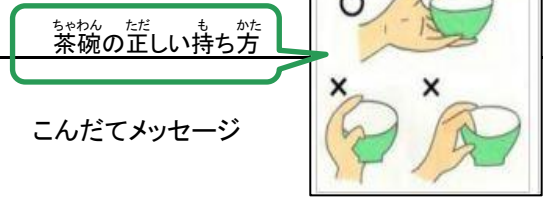


5月は気候が穏やかです。今年も暖かい日や涼しい日など体調管理には注意が必要です。また、新学期から1ヶ月がすぎ、いままで張りつめていた緊張感がゆるんで、新生活の疲れがでることもあります。早寝、早起きを心がけ、朝ごはんをきちんと食べて生活リズムを整えましょう。ゆっくりお風呂に入ったり、家族で食事の時間を楽しんだり、好きな食べ物を食べることでリラックスできる時間を作りましょう。給食時間も楽しい雰囲気です。給食時間を楽しんでほしいと思っています。

※牛乳は毎日ついています。牛乳は赤の食品です。



Main table with columns: 日曜日 (Day of the week), 献立名 (Menu name), 献立表 (Menu details), エネルギー (Energy), and こんだてメッセージ (Message). Rows include items like ごこくめし, ちらしずし, ごはん, カレーピラフ, ごはん コロッケ, パン, えんどうごはん, ごはん, ロールパン, ちゅうかはん, むぎごはん, ごはん サーモンフライ, さんしょくどんぶり, パン チーズポークチャップ, ごはん ししやものからあげ, マーボー豆腐, ホットドック.

食材購入等の都合により献立を変更することがあります