

学校給食予定献立表

運動会練習が始まりました。

水分補給をしっかりとしましょう!



献立名	使用材料	グラム 小4~6 年分量	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム 小4~6 年分量	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
21日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	23日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			579	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			647
ごはん	とりにく	50		○		小(高)	ビビンバ	ぎゅうミンチ	40		○		小(高)
とりのてりやき	しょうが	0.3			○	641	しょうが	しょうが	0.2			○	704
うすあげの ごもくに	しょうゆ	4				中・高	きのしえん	ぜんまい	5		○		784
かきたまじる	さけ 1	2				784	たまねぎいり	たけのこ	10		○		中・高
	みりん	2					トックスープ	ほししいたけ	1		○		860
	うすあげ	10		○			あぶら	あぶら	1	○			
	じゃがいも	30	○				さとう	さとう	2	○			
	たけのこ・にんじん	10			○		しょうゆ 5	さけ	2				
	きやいんげん	10			○		ほうれんそう	ほうれんそう	15			○	
	ほししいたけ	1			○		だいずもやし	だいずもやし	15			○	
	あぶら	1	○				にんじん	にんじん	10			○	
	さとう	2	○				きりぼしだいこん	きりぼしだいこん	3			○	
	しょうゆ 4	2					しょうゆ	しょうゆ	2.5				
	たまご	20		○			さとう	さとう	1	○			
	わかめ	0.3		○			ごま・ごまあぶら	ごま・ごまあぶら	1	○			
	こまつな	10			○		こしょう	こしょう	10			○	
	キャベツ	20			○		ぶたにく	ぶたにく	10		○		
	ねぎ	5			○		トック	トック	30	○			
	しょうゆ	3					チンゲンさい	チンゲンさい	15			○	
	さけ	1					きのしえんたまねぎ	きのしえんたまねぎ	20			○	
	みりん	2					にら	にら	5			○	
	かたくりこ	3	○				あぶら	あぶら	0.5	○			
	だしじる						しょうゆ 3	しょうゆ 3	2				
							とりがらスープ	とりがらスープ					
							しお こしょう	しお こしょう					
22日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	24日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	オリーブパン	50	○			612	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			564
オリーブパン	あかうお	60		○		小(高)	あじつけのり	あじつけのり	1.5		○		643
あかうおの ムニエル	しお こしょう					673	ごはん	こうやどうふフライ	60		○		小(高)
ごぼうサラダ	こめこ	5	○			858	あじつけのり	あぶら	3	○			787
きのしえん たまねぎいり ポークビーンズ	しろワイン	2					にんじん・えのきだけ	たまねぎ	30			○	
	オリーブオイル	3	○				たけのこ	たけのこ	10			○	
	ごぼう	20			○		さとう	さとう	1.5	○			
	きゅうり・にんじん	10					しょうゆ	しょうゆ	3				
	ドレッシング	10	○				さけ・みりん	さけ・みりん	1				
	ぶたにく	10			○		だしじる	だしじる					
	ベーコン	5			○		かたくりこ	かたくりこ	1	○			
	だいずみずに	10			○		ぶたにく	ぶたにく	15		○		
	じゃがいも	30	○				だいこん	だいこん	20			○	
	きのしえんたまねぎ	40			○		にんじん	にんじん	10			○	
	にんじん	10			○		ねぎ	ねぎ	5			○	
	きやいんげん	5			○		ごぼう	ごぼう	15			○	
	にんにく	0.3			○		さといも	さといも	30	○			
	ソテードオニオン	1.5			○		あぶら	あぶら	0.5	○			
	トマトみずに	30			○		みそ	みそ	8		○		
	あぶら	1	○				さけ	さけ	1				
	ケチャップ	10					だしじる	だしじる					
	トマトピューレ	8											
	あかワイン	2											
	とりがらスープ												
	しお こしょう												



★5月22日のポークビーンズ・23日のトックスープには「佐野支援産の新玉ねぎ」がたっぷりはいっています。

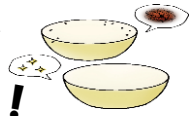
昨年秋に高等部3年生(平成30年度卒業)が園芸の授業で植えた苗が、大きくなり立派な玉ねぎができました。5月9日に高等部1年生が収穫し、給食で40kg使わせていただきます。油で炒めたりよく煮た玉ねぎは甘くてとてもおいしいです。玉ねぎには、疲労回復や血液をサラサラにする効果などがあります。お楽しみに!

高等部のみなさんありがとうございます!

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)

学校給食予定献立表

あとかたづけを
きちんとしよう!



かえまえ
返す前に
かくにん
確認!

献立名	使用材料	グラム 小4~6 年分量	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム 小4~6 年分量	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
27日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	29日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	キャロットパン	30	○			646	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			617
キャロットパン (ちいさめ)	スパゲティ	50	○				ごはん	ちくわ	50	○			
イタリアン	ハム	10		○		小(高)	ちくわの	こむぎこ	8	○			小(高)
スパゲティ	たまねぎ	30			○	684	いそべあげ	たまご	3	○			682
	にんじん・ピーマン	10			○			あおのり		○			中・高
	マッシュルーム	5			○	中・高		あぶら	3	○			853
	ケチャップ	10				882	じゃがいもの	じゃがいも	30	○			
	ウスターソース	0.5					きんぴら	にんじん	10		○		
アスパラの	しお こしょう						うすあげと	さやいんげん	10		○		
とうにゅう	オリーブオイル	2					きりぼしだいこん	こんにゃく	10			○	
コーンスープ	とうにゅう	20	○				のみそしる	あぶら	1	○			
	グリーンアスパラ	10			○			さとう	3	○			
あまなつ	たまねぎ	30			○			しょうゆ3 さけ	1				
かんづめ	クリームコーン	30			○			うすあげ	10	○			
	じゃがいも	30	○					きりぼしだいこん	3			○	
	あぶら	0.5	○					たまねぎ・しろな	20			○	
	ホワイトルウ	5	○					しめじ	5			○	
	しろワイン	1						みそ	8	○			
	とりがらスープ							だしじる					
	しお こしょう												
	あまなつかんづめ	40			○		30日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
28日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	ぎゅうにゅう	こめ	70	○			587
ぎゅうにゅう	こめ	65	○			592	ちらしずし	こんぶ	0.3	○			
とりごぼうめし	とりミンチ	20	○				にゅうめん	さとう	4	○			小(高)
ぶたにくと	うすあげ	5	○			小(高)	ピーチゼリー	す 8 しお				625	
あつあげの	ごぼう	20			○	640		たまご	15	○			中・高
ちゅうかいため	にんじん	10			○			あぶら	2	○			750
	ごま	2	○			中・高		にんじん・たけのこ	5		○		
	あぶら	0.5	○			787		ふき・さやいんげん	5		○		
	さとう	2	○					ほししいたけ	1		○		
わかめと	しょうゆ4 さけ	1						こうやどうふ	5	○			
だいこんの	ぶたにく	10			○			ごま	2	○			
すのもの	あつあげ	50			○			さとう	3	○			
	たまねぎ	30			○			しょうゆ	5			○	
	にんじん・たけのこ	10			○			さけ・みりん	2				
	キャベツ	30			○			だしじる				○	
	ほししいたけ	1			○			きざみのり	1	○			
	にんにく・しょうが	0.3			○			そうめん	10	○			
	あぶら	1	○					とりさきみ	10			○	
	しょうゆ	3.5						わかめ	0.3			○	
	さけ 1 とりがらスープ							はくさい	20			○	
	かたくりこ	2	○					えのきだけ・ねぎ	5			○	
	わかめ	0.3			○			しょうゆ3 みりん	2				
	だいこん	30			○			だしじる しお					
	きゅうり	10			○			ピーチゼリー	80	○			
	さとう	3	○				31日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
	しょうゆ	1					ぎゅうにゅう	こめ	80	○			609
	す 5 しお						ごはん	さば	60	○			小(高)
							さばのみそに	みそ 6 あかみそ	2	○			675
							けんちんに	さとう	5	○			
								しょうゆ	2				中・高
								さけ・みりん	3				836
								しょうが	1			○	
								とうふ	30	○			
								だいこん・はくさい	30			○	
								にんじん・ごぼう	15			○	
								しめじ	5			○	
								さといも	30	○			
								あぶら	1	○			
								しょうゆ	4.5				
								さけ・みりん	2				
								だしじる しお					

あとかたづけ
のおねがい

●おさらやおわん●
ピカピカにしてから、きれいにかさねる

●スプーンやはし●
むきをそろえてかえす

●のこしたたべもの●
きめられた
ところに
あつめる

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)