


学校給食予定献立表

5月の給食目標  「食事のあいさつをしよう」

献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)
1日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	8日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			537	ぎゅうにゅう	アップルパン	50	○			542
ごはん	とうふハンバーグ	50		○			とりにく	しお・こしょう	60		○		小(高)
とうふハンバーグ	たまねぎ	20			○	小(高)	アップルパン	しろねぎ	3			○	605
やさいあんかけ	にんじん	10			○	600	とりにくの	にんにく・しょうが	0.15				中・高
さわにわん	しめじ	5			○	731	バーベキュー	りんごピューレ	3				763
	はくさい	20			○		ソースやき	かたくりこ	0.2				
	あぶら	1	○				ジャーマンポテト	さとう	0.8	○			
	しょうゆ	3					ウインナーと	みりん・さけ・しょうゆ	0.2				
	みりん	1.5					やさいの	じゃがいも	50	○			
	かたくりこ	1					スープ	たまねぎ	10			○	
	だしじる	20			○			にんにく	0.1			○	
	ぶたにく	20			○			パセリ	0.03			○	
	うすあげ	10			○			あぶら	1	○			
	だいこん	20			○			しお・こしょう	0.3				
	にんじん	10			○			ウインナー	10		○		
	さきがきごぼう	10			○			たまねぎ	30			○	
	たけのこ	10			○			にんじん・きやいんげん	10			○	
	あおねぎ	5			○			キャベツ	25			○	
	うすくちしょうゆ	1.5			○			しろワイン	1			○	
	さけ	2						あぶら		○			
	しお	0.4											
	こしょう	0.03											
	だしじる												
2日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	9日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			534	ぎゅうにゅう	こめ	70	○			540
ごはん	とりにく	35		○			まめごはん	えんどうまめ	15	○			小(高)
とりすき	とうふ	40		○		小(高)	さわらの	さけ・しお	60		○		602
こまつなの	ふ	2.5	○			602	さいきょうやき	しお・さけ・みりん	1	○			中・高
ごまあえ	はくさい	30			○	中・高	けんちゃんじる	しろみそ・みそ	20			○	733
こどものひ	たまねぎ	40			○	730		ぶたにく	20			○	
ゼリー	にんじん	10			○			とうふ	25			○	
	しろねぎ	10			○			ほししいたけ	0.3			○	
	いとこんにやく	20	○					さきがきごぼう・しろねぎ	8			○	
	あぶら	1	○					だいこん・にんじん	15			○	
	さとう	4.5	○					こんにやく	10	○			
	しょうゆ	6.5	○					さといも	20	○			
	さけ	2						みりん・うすくちしょうゆ	1				
	みりん	2						さけ・しお					
	だしじる							だしじる・だしこんぶ					
	こまつな	15			○								
	キャベツ	30			○								
	にんじん	10			○								
	さとう	1	○										
	しょうゆ	3	○										
	すりごま	1	○										
	こどものひゼリー	1個	○										
	(サイダー・レモン・りんご)		○										
							10日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
							ぎゅうにゅう	こめ	60	○			548
							ごはん	やさいふりかけ	1袋				小(高)
							(すくなめ)	うどん	100	○			613
							やさいふりかけ	とりにく	30		○		中・高
							ごもくうどん	うすあげ	10		○		751
							あつあげと	かまぼこ	8		○		
							はくさいの	ほうれんそう	15			○	
							うまに	にんじん	10			○	
								ほししいたけ	0.5			○	
								あおねぎ	3			○	
								うすくちしょうゆ・みりん				○	
								だしじる・だしこんぶ				○	
								ぶたミンチ	5		○		
								あつあげ	20		○		
								はくさい・たまねぎ	20			○	
								にんじん・しめじ	5			○	
								あぶら	0.5	○			
								うすくちしょうゆ・みりん・さけ					
								だしじる					

5月5日は「こどもの日」です！

- ・「端午の節句」の日です。
- ・「こいのぼり」や「5月人形」をかざります。
- ・「菖蒲湯」につかって、邪気をはらいます。
- ・「かしわもち」や「ちまき」などを食べる風習があります。



(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

食べる前は「いただきます」

食べ終わった後は「ごちそうさまでした」



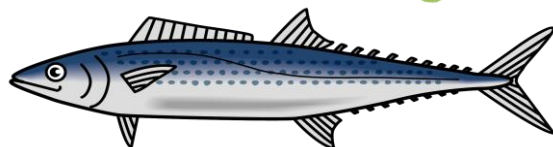
献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
11日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	14日(日)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			580	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			543
ポーク	ぶたにく	40		○			ぶたにくと	とうふ	35		○		小(高)
ハヤシライス	たまねぎ	50			○	小(高)	とうふの	はくさい	35			○	620
	にんじん	15			○	656	あんかけどん	にんじん	15			○	
	マッシュルーム	5			○			たまねぎ	20			○	中・高
フレンチサラダ	ブロッコリー	20			○	中・高		しめじ・しろねぎ	5			○	768
	にんにく	0.3			○	811	じゃがいもと	しょうが	0.6			○	
	しょうが	0.3			○		わかめの	あぶら	1	○			
	あぶら	1	○				みそしる	うすくちしょうゆ	6				
	あかワイン	3						さけ・みりん					
	ハヤシルウ	16	○					しお・こしょう					
	ケチャップ	4						かたくりこ	3				
	トマトピューレ	4						とりがらスープ					
	ウスターソース	1						うすあげ	10			○	
	こしょう	0.03						わかめ	0.5			○	
	ソテードオニオン							じゃがいも	20	○			
	とりがらスープ							たまねぎ	15			○	
	キャベツ	40						ささがきごぼう	10			○	
	きゅうり	10						みそ	8.5			○	
	にんじん	10						だしじる					
	オリーブオイル	3											
	りんごす	4											
	しお	0.5											
	こしょう	0.03											
	さとう	0.3											
12日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	16日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			551	ぎゅうにゅう	こめ	75	○			556
	きのたまあじつけのり	1袋			○		うめごはん	カリカリうめ・ねりうめ				○	
ごはん	アジフライ	1個	○		○	小(高)		さけ	1				小(高)
	キャベツ	40			○	615		ちくわ	35			○	
きのたま	きゅうり	10			○		ちくわの	こむぎこ	15	○			
あじつけのり	ひじき	0.5			○	中・高	いそべあげ	あおのり	0.05	○			中・高
	ゆかり	0.5			○	727		あぶら	4	○			790
アジフライ	うすくちしょうゆ	0.1					にくだんごの	にくだんご	50			○	
	たまご	25			○		わふうポトフ	たまねぎ	20			○	
キャベツと	とうふ	20			○			じゃがいも	40	○			
ひじきの	うすあげ	8			○			だいこん	25			○	
ゆかりあえ	えのきだけ	5			○			にんじん	15			○	
	しろねぎ	8			○			さやいんげん	10			○	
かきたまじる	うすくちしょうゆ	3						うすくちしょうゆ	2.5			○	
	みりん	1						さけ・みりん	2				
	かたくりこ	1.5						しお・こしょう					
	しお	0.3						だしじる					
	だしじる・だしこんぶ												
							17日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
							ぎゅうにゅう	バターロール	40	○			568
							バターロール	スパゲティ	40	○			
								とりにく	15			○	小(高)
								ベーコン	8			○	634
								こまつなの	15			○	
								クリーム	30			○	中・高
								スパゲティ	10			○	782
								にんじん	10			○	
								マッシュルーム	5			○	
								オリーブオイル	3	○			
								だいにんサラダ	とうにゅう	25		○	
									ホワイトルウ	5	○		
									しろワイン	2			
									とりがらスープ				
									しお・こしょう				
									だいこん	40			○
									きゅうり・にんじん	10			○
									オリーブオイル	3	○		
									りんごす・しょうゆ				
									さとう	0.5	○		
									しお・こしょう				



さやいんげん

さやえんどう

ごぼう



さわら (鱈)

(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。)