



5月 学校給食献立表



日 曜	献立名	主要材料			エネルギー Kcal			日 曜	献立名	主要材料			エネルギー Kcal								
		血や肉や骨になる	体の調子を整える	働く力や熱になる	たんぱく質 g					血や肉や骨になる	体の調子を整える	働く力や熱になる	たんぱく質 g								
		赤	緑	黄	小学校	中学校	幼稚園			赤	緑	黄	小学校	中学校	幼稚園						
1 金	臨時休校のため給食はありません。							21 木	ごこ五穀ごはん 牛乳 肉じゃが たこの緑茶揚げ ゆず風味漬け 納豆	牛乳 豚肉 たこ 海草ミックス 納豆	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが 緑茶 キャベツ きゅうり ゆず	米 じゃがいも 油 砂糖 こんにやく でんぷん 米粉 五穀米	667	823	496	27.9	32.6	22.1	17.7	19.8	15.3
7 木	しろはん 白ご飯 わかめ 沢煮わかめ 若鶏の大豆みそ炒め はすのさんばい (中)アーモンド	牛乳 豚肉 油揚げ 大豆 鶏肉 みそ	たけのこ だいこん ごぼう えのきたけ もやし にんじん ねぎ しょうが えだまめ れんこん きゅうり	米 でんぷん 油 じゃがいも 砂糖 こんにやく ごま (中)アーモンド	638	855	485	22 水	はだか麦ご飯 牛乳 チリコンカン 鯛のバジル焼き レモン Dressing サラダ	牛乳 大豆 牛肉 豚肉 鯛	にんにく たまねぎ にんじん トマト ビューレ バジル キャベツ 小松菜 レモン パセリ	米 はだか麦 砂糖 油 オリーブ油	678	839	525	32.3	39.8	27.2	21.2	25.1	18.3
8 金 ♡	りんご入りスイートポテパン 牛乳 むぎむぎスープ こいのぼりハンバーグ ポイル野菜 清泉タンゴール	牛乳 ベーコン ハンバーグ	チンゲンサイにら たまねぎ にんじん きくらげ キャベツ 小松菜 赤たまねぎ 清見タンゴール	パン バター もち麦 りんご砂糖漬け さつまいも じゃがいも さといも 油 砂糖	654	831	542	25 月 ★	しろはん 白ご飯 牛乳 きびなごのかりかりフライ じゃがいもの旨煮 こっぴなます	牛乳 鶏肉 平天 きびなごかりかり 油揚げ	たまねぎ にんじん そらまめ だいこん きゅうり	米 じゃがいも こんにやく 油 砂糖 ごま	641	801	491	24.5	29.6	19.2	16.6	19.0	13.9
11 月	しん 凍みつばなし丼 牛乳 このてん お好み天 紅白なます	高野豆腐 油揚げ 卵 牛乳 魚すり身 たこ	しいたけ たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ だいこん ゆず	米 砂糖 米粉 でんぷん 油 ごま	664	828	506	26 火 ★	ひよこ豆のピラフ 牛乳 そら豆入りクリームスープ はまちの塩焼き キャベツの甘酢漬け	鶏肉 ひよこめ 牛乳 豚肉 豆乳 はまち	にんじん たまねぎ えだまめ コーン そらまめ チンゲンサイ キャベツ 小松菜 すだち	米 油 じゃがいも 塩麹 砂糖	662	833	509	28.6	36.0	22.2	20.1	24.9	16.6
12 火	しろはん 白ご飯 きり干し大根の旨煮 いのだん揚げ 菜の花のおひたし	牛乳 鶏肉 豆腐 魚すり身 豚肉 大豆	切り干しだいこん ごぼう しいたけ にんじん えだまめ ケール 菜花 きくらげ たまねぎ キャベツ チンゲンサイ	米 じゃがいも 油 こんにやく 砂糖 もち麦 米粉 ごま	668	832	509	27 水	メロンパン 牛乳 きつねうどん チキンチキンごぼう ひじきのすだち風味漬け	牛乳 油揚げ かまぼこ 鶏肉 ひじき	にんじん ねぎ きゅうり コーン キャベツ すだち ごぼう	メロンパン うどん 砂糖 でんぷん 油	654	821	518	29.4	35.8	23.0	22.9	27.7	18.4
13 水 ♡	さくらパン 牛乳 ミネストローネ 鮭のマヨネーズ焼き しょうゆ Dressing サラダ お祝いケーキ	牛乳 ベーコン 鮭 ロースハム わかめ みそ	たまねぎ にんじん チンゲンサイ レタス セロリ しめじ バジル キャベツ きゅうり コーン 桜の葉 パセリ	パン 砂糖 マカロニ じゃがいも ごま油 マヨネーズ 油 バター お祝いケーキ	660	783	515	28 木	もち麦ごはん 牛乳 かきたま汁 ビビンバ こまつな みしょうかん 小松菜のおひたし 美生柑	牛乳 卵 厚揚げ 牛肉 みそ	たまねぎ しいたけ ねぎ たけのこ きくらげ ほうれんそう もやし 柿 小松菜 キャベツ にんにく にんじん 美生柑	米 もち麦 油 じゃがいも 砂糖	637	818	474	27.4	33.8	21.2	18.4	21.9	15.2
14 木	カレーライス 牛乳 フレンチサラダ 大豆いりこ ミニトマト	牛肉 大豆 牛乳 小煮干し	たまねぎ にんじん にんにく キャベツ チンゲンサイ コーン ミニトマト	米 赤米 じゃがいも 油 砂糖	662	816	505	29 金	パーガーパン 牛乳 野菜スープ じゃこカツ ポイル野菜 ミントマト	牛乳 ベーコン 高野豆腐 じゃこカツ	たまねぎ にんじん チンゲンサイ ねぎ セロリ もやし 小松 菜 キャベツ ミントマト	パン 油	655	835	542	25.5	31.3	21.4	22.0	28.9	19.9
15 金 ♪	ボンデケーキ 牛乳 フェジョアーダ コーンサラダ みしょうかん 美生柑	チーズ 牛乳 大豆 豚肉 ソーセージ ミックスビーンズ	たまねぎ にんじん にんにく トマト ビューレ コーン キャベツ パセリ きゅうり 美生柑	パン 砂糖 タピオカ じゃがいも 油	623	770	497	※ 臨時休校期間の入札済み物資を使用するため、4月実施の献立を重複させています。 了承ください。													
18 月 ◎	おやこ 親子ピラフ 牛乳 ジュリアンヌスープ 里芋コロケ みかんソースサラダ (中)チーズ	鶏肉 卵 牛乳 ベーコン 海草ミックス (中)チーズ	しめじ にんじん たまねぎ えだまめ はくさい チンゲンサイ きくらげ だいこん きゅうり パセリ	米 はだか麦 油 プリンセスサリー米 里芋コロケ 砂糖	651	828	551	<div style="text-align: center;"> <p>5月5日は「こどもの日」</p> <p>「こどもの日」は、国民の祝日の一つです。「こどもの人格を重んじこどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」日と定められています。</p> </div>													
19 火	しろはん 白ご飯 いそに 磯煮 さばのみそ煮 即席漬	牛乳 ひじき 大豆 鶏肉 油揚げ 平天 さば みそ	にんじん しょうが キャベツ 小松菜 たくあん	米 こんにやく 油 砂糖	653	812	501	* 献立表示のお知らせ 献立表日付の項目に、下記のマークが入っている日は特別メニューです。 ♡ 行事食 ☆ 旬の献立 ◎ スクールランチコンテスト ♪ 東京オリンピックパラリンピック応援献立(世界の料理)													
20 金 ♪	コッペパン 牛乳 リゾット イタリアンサラダ ミラノ風カツレツ	牛乳 ベーコン ほたて貝柱 えび 豚肉 卵 チーズ	キャベツ にんじん しめじ たまねぎ ねぎ チンゲンサイ きゅうり 赤ピーマン コーン バジル 黄ピーマン	パン 油 砂糖 パン粉 プリンセスサリー米 小麦粉 オリーブ油 豆乳 パンナコッタ	685	845	552														