

# 学校給食献立表

5/1月～5/31水

★は茶わんの日、◆は新献立のある日です

実施日	献立名	食品名	実施日	献立名	食品名
5/1月★ はし	ごはん 牛乳 肉じゃが あえもの	【米 【牛肉、糸こんにゃく、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、さやいんげん、油、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、けずりぶし、(水) 【ちくわ、キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ濃、みりん	5/18木★ はし	ごはん 牛乳 ベーコンと野菜の煮物 わかさぎのからあげ	【米 【ぶた肉、ベーコン、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、油、とりがらスープ、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、みりん、(水) 【わかさぎ、塩、こしょう、でんぶん、油
5/2火★ はし	たきこみごはん 牛乳 ゆばのすまし汁 春野菜のかきあげ かしわもち	【米、とり肉、つきこんにゃく、にんじん、ごぼう、干しいたけ、しょうゆ濃、しょうゆ淡、みりん、酒、油、塩、(水) 【とり肉、ゆば、はくさい、にんじん、ねぎ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、(水) 【ちくわ、たまねぎ、アスパラガス、にんじん、たけのこ、小麦粉、塩、(水)、油 【かしわもち	5/19金★ はし	ごはん 牛乳 たまごトックスープ ブルコギ	【米 【トック、とり肉、たまご、はくさい、にんじん、みつば、干しいたけ、油、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、(水) 【牛肉、たまねぎ、にんじん、エリンギ、ピーマン、にんにく、油、しょうゆ濃、砂糖、コチジャン、ごま油
5/8月	ケチャップライス 牛乳 ドリア風 フルーツミックス	【米、ケチャップ、塩、(水) 【ベーコン、むきえび、いか、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、油、牛乳、チーズソース、バター、小麦粉、塩、酒、こしょう、(水) 【みかん、パイナップル、黄桃、シロップ	5/22月	アップルパン 牛乳 マカロニスープ ポークチャップ	【アップルパン 【とり肉、マカロニ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、セロリー、パセリ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ベイリーフ、(水) 【ぶた肉、たまねぎ、油、ケチャップ、ウスターソース、酒、砂糖、塩、こしょう
5/9火★ はし	ごはん 牛乳 みそ汁 さわらの香味焼き	【米 【ぶた肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、(水) 【さわら、たまねぎ、にんにく、白ごま、とうがらし、しょうゆ濃、酒、砂糖、油	5/23火★ はし	にくめし 牛乳 すまし汁 ひじきと大豆の煮物	【米、牛肉、ねぎ、ごぼう、しょうゆ濃、みりん、酒、油、三温糖、塩、(水) 【とうふ、はくさい、えのきたけ、にんじん、ねぎ、ふ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、(水) 【だいず、うすあげ、めひじき、にんじん、油、しょうゆ濃、三温糖、みりん、けずりぶし、(水)
5/10水★ はし	ごはん 牛乳 カレーうどん ごまあえ	【米 【うどん、牛肉、うすあげ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、油、カレー粉、しょうゆ濃、純カレー粉、けずりぶし、(水) 【キャベツ、きゅうり、にんじん、白ごま、しょうゆ濃、砂糖、みりん	5/24水★ はし	ごはん 牛乳 ホイコーロウ あげしゅうまい	【米 【ぶた肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、たけのこ、土しょうが、にんにく、油、赤だしみそ、しょうゆ濃、酒、塩、トウバンジャン、こしょう、ごま油、でんぶん、(水) 【しゅうまい、油
5/11木	ミニこくとうパン 牛乳 卵と豚肉の炒め物 フライビーンズ	【ミニこくとうパン 【たまご、サラダ油、ぶた肉、たまねぎ、じゃがいも、たけのこ、にんじん、さやいんげん、土しょうが、油、ポーンストック、しょうゆ濃、酒、塩、三温糖、こしょう、ごま油 【だいず、でんぶん、砂糖、しょうゆ濃、油	5/25木★ はし	ごはん 牛乳 すまし汁 さばのみそ煮	【米 【とり肉、かまぼこ、はくさい、にんじん、ねぎ、ふ、干しわかめ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、(水) 【さば、土しょうが、みそ、三温糖、酒、みりん、(水)
5/12金★ はし	ごはん 牛乳 わかめのスープ 豚ニラ炒め	【米 【ぶた肉、とうふ、はくさい、にんじん、干しわかめ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、(水) 【ぶた肉、エリンギ、ニラ、土しょうが、にんにく、油、しょうゆ濃、みそ、酒、砂糖、塩、とうがらし	5/26金★ はし	ごはん 牛乳 たまごじりどうふ キャベツのあますあえ	【米 【とうふ、とりひき肉、土しょうが、たまご、ちくわ、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、油、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖 【ツナ、キャベツ、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん
5/15月★ はし	ごはん 牛乳 豚汁 チンゲン菜と厚揚げの煮物	【米 【ぶた肉、つきこんにゃく、さつまいも、たまねぎ、ごぼう、だいこん、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、(水) 【あつあげ、チンゲンサイ、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、けずりぶし、(水)	5/29月 はし	ミニパン 牛乳 和風スパゲティ スナックえんどうの炒め物	【ミニパン 【スパゲティ、ベーコン、たまねぎ、しめじ、エリンギ、にんじん、油、ポーンストック、しょうゆ濃、塩、こしょう 【ぶた肉、酒、キャベツ、スナックえんどう、にんじん、にんにく、油、ポーンストック、塩、こしょう
5/16火	サーモンピラフ 牛乳 白いんげん豆のクリームスープ フレンチサラダ	【米、鮭(フレーク)、たまねぎ、トマト水煮、コーン、マッシュルーム、油、とりがらスープ、ケチャップ、白ぶどう酒、塩、こしょう、(水) 【ベーコン、白いんげん豆、たまねぎ、にんじん、パセリ、油、牛乳、ポタージュストック、ポーンストック、塩、こしょう、ベイリーフ、(水) 【キャベツ、きゅうり、にんじん、セロリー、酢、サラダ油、砂糖、しょうゆ濃、塩、こしょう	5/30火★ はし	ゆかりご飯 牛乳 焼豚スープ ほきのカレーフライ	【米、ゆかり粉 【やきふた、ほるさめ、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、(水) 【ほき、塩、こしょう、純カレー粉、小麦粉、(水)、パン粉、油
5/17水 はし	はちみつパン 牛乳 レタスのスープ チヂミ	【はちみつパン 【ぶた肉、でんぶん、レタス、にんじん、干しいたけ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、(水) 【いか、はくさいキムチ、ニラ、小麦粉、ながいも、とりがらスープ、塩、(水)、ごま油、しょうゆ濃、酢、ごま油	5/31水★ はし	ごはん 牛乳 みそ汁 てり焼きハンバーグ	【米 【ぶた肉、うすあげ、はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、(水) 【ハンバーグ、油、しょうゆ濃、砂糖、みりん、でんぶん、(水)

●パンは個包装にされたものが提供されます。持ち帰りは出来ません。  
●毎月の給食だよりや献立表は、教育委員会のホームページからもご覧いただけます。

●魚には骨がありますので、気を付けてよくかんで食べましょう。  
●都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承をお願いします。



児童1人1回あたり  
平均栄養量

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
学年 1・2年	510	21.7	17.9	303	68	1.9	2.5	172	0.35	0.48	14	3.1	1.7
学年 3・4年	586	24.7	19.9	319	77	2.2	2.9	194	0.41	0.52	17	3.8	2
学年 5・6年	662	27.8	22	335	87	2.5	3.2	217	0.47	0.56	20	4.5	2.4

◎ 都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承をお願いします。

「お魚」  
給食費を滞納されますと、「食材の購入・支払い」や「献立の内容」  
等に影響が及びますので、毎月の給食費の口座引落しに、ご協  
力をお願いします。