


令和6年5月分

学校給食献立表

5/1水 ~ 5/31金

★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水 ★ はし	ミニパン 牛乳 ビーフソテー コロケ	【ミニパン 【ビーフン、ぶた肉、かまぼこ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、油、ポーンストック、しょうゆ、ごま油、塩、こしょう 【コロケ、油	5/20月 ★ はし ◆	ごはん 牛乳 わかめのスープ ヤンニョムチキン	【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、塩、(水) 【とり肉、塩、こしょう、酒、でんぶん、さつまいも、油、たまねぎ、にんにく、土しょうが、油、ケチャップ、コチジャン、酒、みりん
5/2木 ★ はし	ごはん 牛乳 すまし汁 さわらの香味焼き そくせきづけ かしわもち	【米 【とうふ、はくさい、えのきたけ、にんじん、ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、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、酒、砂糖、油 【きゅうり、しょうゆ、塩 【かしわもち	5/21火 ★ はし	ごはん 牛乳 みそ汁 さけの塩焼き そくせきづけ	【米 【とり肉、うすあげ、はくさい、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、(水) 【鮭、油 【キャベツ、きゅうり、しょうゆ、塩
5/7火	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、バター、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、こしょう、(水) 【みかん、パイナップル、黄桃、シロップ	5/22水 ★ はし	ミニパン 牛乳 カレーうどん おひたし	【ミニパン 【うどん、牛肉、うすあげ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、油、カレールー、しょうゆ、純カレー粉、けずりぶし、(水) 【はくさい、チンゲンサイ、しょうゆ、みりん、けずりぶし、(水)
5/8水	ごはん 牛乳 コーンスープ てり焼きハンバーグ ポイルキャベツ	【米 【とり肉、たまねぎ、にんじん、油、クリームコーン、パセリ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ、塩、こしょう、でんぶん、ペイリーフ、(水) 【ハンバーグ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、でんぶん、(水) 【キャベツ	5/23木 ★ はし	ごはん 牛乳 焼豚スープ じゃが芋のそぼろ煮	【米 【やきぶた、はるさめ、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、塩、こしょう、(水) 【とりひき肉、じゃがいも、きぬさや、土しょうが、三温糖、しょうゆ、酒、けずりぶし、(水)
5/9木 ★ はし	ごはん 牛乳 中華スープ スナッパえんどうの炒め物	【米 【はくさい、チンゲンサイ、たけのこ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ、塩、こしょう、(水) 【ぶた肉、酒、キャベツ、スナッパえんどう、にんじん、にんにく、油、ポーンストック、塩、こしょう	5/24金	コーンピラフ 牛乳 ポークビーンズ あまずあえ	【米、コーン、にんじん、バター、とりがらスープ、しょうゆ、塩、こしょう、(水) 【ぶた肉、だいず、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、とりがらスープ、トマトピューレ、チリソース、ポークビーンズ、砂糖、塩、こしょう、でんぶん、(水) 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ、みりん
5/10金	コッペパン 牛乳 ポトフ ちくわのチーズフライ	【コッペパン 【ウインナー、ぶた肉、たまねぎ、じゃがいも、キャベツ、にんじん、パセリ、油、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ、塩、こしょう、ペイリーフ、(水) 【ちくわ、小麦粉、(水)、粉チーズ、パン粉、油	5/27月 ★ はし	ごはん 牛乳 たまごトクスープ きんぴらごぼろ	【米 【トク、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、塩、(水) 【牛肉、ちくわ、あかつきこんにやく、ごぼう、にんじん、白ごま、とうがらし、油、三温糖、しょうゆ、しょうゆ、みりん、ごま油、けずりぶし、(水)
5/13月 ★ はし	ミニアップルパン 牛乳 和風スパゲティ キャベツのあまずあえ	【ミニアップルパン 【スパゲティ、ベーコン、たまねぎ、しめじ、エリンギ、えのきたけ、にんじん、油、ポーンストック、しょうゆ、塩、こしょう 【ツナ、キャベツ、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ、みりん	5/28火 ★ はし	ごはん 牛乳 すまし汁 さばのソース煮	【米 【とうふ、はくさい、えのきたけ、にんじん、ねぎ、干しわかめ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、(水) 【さば、土しょうが、ウスターソース、三温糖、しょうゆ、酒、(水)
5/14火 ★ はし	ごはん 牛乳 ピリ辛肉じゃが わかさぎのからあげ	【米 【ぶた肉、つきこんにやく、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ニラ、土しょうが、にんにく、白ごま、油、しょうゆ、赤だしみそ、三温糖、トウバンジャン、ごま油、(水) 【わかさぎ、塩、こしょう、でんぶん、油	5/29水 ★ はし	ごはん 牛乳 かんとろ煮 ごまあえ	【米 【とり肉、こんにやく、がんとろ、ささがきでんぶら、じゃがいも、にんじん、さやいんげん、しょうゆ、しょうゆ、たまねぎ、みりん、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、砂糖、みりん
5/15水 ★	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 あえもの	【米 【ぶたひき肉、とうふ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、土しょうが、油、ポーンストック、赤だしみそ、しょうゆ、三温糖、酒、とうがらし、ごま油、でんぶん、(水) 【ふともやし、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、塩	5/30木 ★ はし	ミニことうパン 牛乳 ビーフンスープ ピザ風おこのみ焼き	【ミニことうパン 【とり肉、ビーフン、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、たけのこ、干しいたけ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ、酒、塩、こしょう、ごま油、(水) 【ベーコン、こしょう、キャベツ、コーン、とけるチーズ、小麦粉、ながいも、(水)、塩、油、ケチャップ、チリソース、(水)
5/16木 ★ はし	たきごみごはん 牛乳 すまし汁 にんじんシリシリ	【米、とり肉、あかつきこんにやく、ごぼう、干しいたけ、油、しょうゆ、しょうゆ、みりん、酒、塩、(水) 【かまぼこ、はくさい、えのきたけ、にんじん、みつば、ふ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、(水) 【たまご、ツナ、にんじん、はなかつお、油、塩	5/31金 ★ はし	ひじきごはん 牛乳 みそ汁 かきあげ	【米、めひじき、うすあげ、にんじん、しょうゆ、酒、みりん、塩、けずりぶし、(水) 【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) 【ちくわ、たまねぎ、さやいんげん、にんじん、小麦粉、塩、(水)、油
5/17金 ★ ◆	ごはん 牛乳 血うどめん ちゅうかあん 焼きぎょうざ	【米 【血うどん種 【むきえび、酒、いか、はくさい、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、もやし、干しいたけ、油、ポーンストック、しょうゆ、塩、こしょう、でんぶん、(水) 【ぎょうざ、油	<p>●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。 ●毎月の給食たりや献立表は、教育委員会のホームページからご覧いただけます。 ●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。</p> 		

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	490	20.7	16.5	307	73	2.5	2.4	181	0.33	0.47	17	3.4	1.8
学年3・4年	561	23.4	18.2	322	83	2.9	2.7	206	0.39	0.5	20	4.3	2.1
学年5・6年	634	26.1	19.9	338	94	3.4	3	230	0.44	0.54	24	5.1	2.4