

令和6年 5月 学校給食予定献立表(小学校)

に ち	よ う び	こんだてめい ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる	からだをつくる	からだのちょうしをととのえる	エネルギー (kcal)
			(き)	(あか)	(みどり)	たんぱくしつ (g)
1	水	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのねぎしおこうじいため さんしょくあえ とんじる	ごはん あぶら さとう ごまあぶら でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし ぶたにく とうふ みそ	ねぶかねぎ しょうが レモン こまつな とうもろこし にんじん もやし ごぼう こんにゃく はねぎ	610
						29.0
2	木	ごはん ぎゅうにゅう さわらのあますあんかけ ポテトサラダ わかだけじる こどものひゼリー	ごはん あぶら さとう じゃがいも でんぷん ノンエッグマヨネーズ ゼリー	ぎゅうにゅう さわら とりにく わかめ かまぼこ	ぎゅうり たけのこ えのきたけ たまねぎ にんじん はねぎ ピーマン パプリカ(き)	684
						26.8
7	火	ごはん ぎゅうにゅう さけのしおやき ごぼうサラダ がんとじゃがいものうまに	ごはん あぶら さとう ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう さけ ハム(ぶた) とりにく がんもどき	ごぼう えだまめ にんじん とうもろこし たまねぎ さやいんげん	698
						29.8
8	水	ごはん ぎゅうにゅう ハンバーグケチャップソース だいこんのじゃこあえ とうにゅうのスープ	ごはん あぶら こめこ さとう でんぷん	ぎゅうにゅう ハンバーグ(ぶた・とり) ちりめんじゃこ ベーコン しろいんげんまめ とうにゅう	トマト だいこん ほうれんそう たまねぎ はくさい にんじん マッシュルーム パセリ	663
						25.3
9	木	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのフルコギ キャベツのナムル とりだんごとわかめのスープ かわちぼんかん	ごはん あぶら さとう はるさめ しろごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ とりだんご わかめ	にんにく しょうが たまねぎ たけのこ はねぎ キャベツ しめじ もやし にんじん はくさい チンゲンサイ ねぶかねぎ かわちぼんかん	629
						24.3
10	金	ごはん ぎゅうにゅう かつおのたつたあげ くきわかめいりきんぴら◆ にらたまじる	ごはん あぶら さとう でんぷん ごまあぶら しろごま	ぎゅうにゅう かつお ぶたにく くきわかめ たまご とうふ	しょうが ごぼう ピーマン パプリカ(あか) にら たまねぎ にんじん えのきたけ	627
						29.4
13	月	なめし(むぎいり) ぎゅうにゅう ぶたにくのかくに ひねどりのポンずあえ たまねぎのみそじる	ごはん むぎ あぶら さとう でんぷん	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あぶらあげ みそ	あおな しょうが にんにく ねぶかねぎ こんにゃく えのきたけ キャベツ きゅうり ゆず はねぎ たまねぎ もやし にんじん	691
						28.6
14	火	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのレモンふうみ(2こ) ジャーマンポテト レタスのスープ	ごはん あぶら でんぷん さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ウィンナー(ぶた)	レモン たまねぎ パセリ レタス だいこん にんじん とうもろこし	642
						27.3
15	水	ごはん ぎゅうにゅう しろみざかなのバジルやき やきぶたとチンゲンサイのあえもの ちくぜんに	ごはん あぶら オリーブ油 ノンエッグマヨネーズ さといも さとう	ぎゅうにゅう ホキ やきぶた とりにく さつまあげ	バジル チンゲンサイ えのきたけ にんじん れんこん たけのこ こんにゃく ごぼう さやいんげん ほししいたけ	671
						29.6
16	木	ビタパン ぎゅうにゅう チリコンカン コールスロー マカロニスープ	ビタパン でんぷん あぶら ドレッシング さとう マカロニ じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす ハム(とり) ベーコン	たまねぎ マッシュルーム トマト にんにく キャベツ とうもろこし レモン もやし にんじん チンゲンサイ	623
						24.9
17	金	ポークカレーライス(むぎごはん) ぎゅうにゅう いかメンチカツ おかひじきいりやさいサラダ(ドレッシング)	ごはん むぎ あぶら こむぎこ パンこ ドレッシング じゃがいも こめこカレールー	ぎゅうにゅう いか ツナ ぶたにく	おかひじき はくさい パプリカ(き) たまねぎ にんじん グリンピース しょうが にんにく	680
						21.1
20	月	ごはん ぎゅうにゅう ハムとポテトのキャブやき ブロッコリーのガーリックあえ にくだんごとやさいのスープ	ごはん あぶら じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ハム(ぶた) かまぼこ にくだんご(ぎゅう・ぶた・とり)	たまねぎ アスパラガス ブロッコリー もやし にんにく キャベツ にんじん えのきたけ パセリ	634
						22.2
21	火	あぶたまだんぶり(むぎごはん) ぎゅうにゅう いわしのしょうがに きりほしだいこんのうめこんぶあえ	ごはん むぎ あぶら さとう でんぷん	ぎゅうにゅう いわし とりにく こんぶ たまご あぶらあげ	しょうが きりほしだいこん チンゲンサイ とうもろこし うめほし たまねぎ にんじん はねぎ	651
						29.8
22	水	ごはん ぎゅうにゅう あげきょうざ(2こ) とりにくのキムチいため ちゅうかスープ	ごはん あぶら ごまあぶら ぎょうざのかわ さとう でんぷん	ぎゅうにゅう ぎょうざのぐ(ぶた) とりにく ぶたにく	はくさいキムチ もやし にら たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ ねぶかねぎ	604
						21.7
23	木	ごはん ぎゅうにゅう やきにくふういため ほうれんそうのアーモンドあえ あつあげとじゃがいものみそじる	ごはん あぶら さとう でんぷん じゃがいも アーモンド	ぎゅうにゅう とりにく ツナ なまあげ みそ	キャベツ もやし ピーマン ほうれんそう だいこん にんじん たまねぎ ごぼう なましいたけ はねぎ	615
						25.9
24	金	ごはん ぎゅうにゅう さばのヤニニョムたれ はるさめサラダ ワンタンスープ	ごはん あぶら でんぷん はるさめ さとう ごまあぶら ワンタンのかわ しろごま	ぎゅうにゅう さば やきぶた とりにく	きゅうり にんじん はくさい もやし しめじ ねぶかねぎ	656
						27.9
27	月	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのカレームニエル たことかいそうのサラダ◆ ミネストローネ	ごはん あぶら こむぎこ ドレッシング じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう とりにく たこ かいそう ベーコン しろいんげんまめ	もやし レタス たまねぎ にんじん トマト セロリ パセリ	658
						25.5
28	火	ごもくごはん(むぎいり) ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ(2ほん) アスパラといんげんのかつおあえ ちゃんこうどんじる	ごはん むぎ あぶら こむぎこ さとう うどん	ぎゅうにゅう ちくわ あおのり かつおぶし とりにく あぶらあげ	アスパラガス さやいんげん だいこん はくさい えのきたけ にんじん はねぎ ごぼう たけのこ こんにゃく	639
						26.8
29	水	ごはん ぎゅうにゅう ハムステーキパーベキューソース もやしのマヨネーズあえ コーンクリームスープ	ごはん あぶら さとう でんぷん じゃがいも ノンエッグマヨネーズ こめこ	ぎゅうにゅう ハム(ぶた・とり) かまぼこ ぶたにく	ねぶかねぎ しょうが にんにく りんご もやし きゅうり とうもろこし たまねぎ パセリ にんじん マッシュルーム	645
						22.8
30	木	ごはん ぎゅうにゅう あじのみりんほしやき ささみとやさいのあえもの とんじゃが アセロラゼリー	ごはん あぶら さとう ごまあぶら じゃがいも ゼリー	ぎゅうにゅう あじ とりにく ぶたにく	はくさい チンゲンサイ パプリカ(き) たまねぎ にんじん こんにゃく グリンピース	642
						26.4
31	金	ごはん ぎゅうにゅう みそチキンカツ たくあんあえ けんちんじる	ごはん あぶら こむぎこ パンこ さとう しろごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく みそ とうふ	にんにく たまねぎ たくあん キャベツ こまつな ごぼう こんにゃく にんじん しめじ はねぎ	634
						26.8

※ 材料の都合等により、献立の一部を変更することがあります。 給食実施日については、各校の行事予定等でお確かめ下さい。
 ※ 食材料については主なもののみ記してあります。アレルギー等で食材料表が必要な方はセンターまでご連絡ください。
 ※ たつの市産(予定) …こめ・キャベツ・こまつな・だいこん・たまねぎ・チンゲンサイ・バジル・はねぎ・ほうれんそう・レタス