



令和 元年 5月 学校給食予定献立表 (小学校)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	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 (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
7	火	★行事食【こどもの日】★ ごはん きゅうにゅう すましじる ◆ししゃものまっちゃあげ(2こ) ◆たけのこのときにかしわもち	ごはん こむぎこ あぶら さとう かしわもち	ぎゅうにゅう こもちししゃも かつおぶし とうふ かまぼこ わかめ	たけのこ こんにやく さやいんげん たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	660 24.7	
8	水	パン きゅうにゅう ワインナーのケチャップソース(2ほん) チンゲンサイとツナのソテー クリームシチュー	パン さとう じゃがいも こめこ バター あぶら	ぎゅうにゅう とりにく ポークウィンナー ツナ	チンゲンサイ キャベツ コーン たまねぎ にんじん マッシュルーム アスパラガス	650 27.6	
9	木	カレーライス ぎゅうにゅう にくだんこのソースに ほうれんそうとコーンのソテー	ごはん じゃがいも こむぎこ あぶら さとう でんぷん	ぎゅうにゅう きゅうにく ぶたにく とりにく	たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが しめじ グリーンピース キャベツ ほうれんそう コーン	700 22.7	
10	金	パン きゅうにゅう ホキのピザチーズやき ◆ごぼうサラダ レタススープ	パン あぶら さとう マヨネーズ こま じゃがいも	ぎゅうにゅう ホキ チーズ ポークハム みそ とりにく	たまねぎ マッシュルーム あおピーマン トマト ごぼう アスパラガス コーン にんじん レタス さやいんげん	628 28.7	
13	月	ごはん きゅうにゅう あつあげのそぼろに ◆キャベツのじゃこあえ とりだんごじる	ごはん さとう でんぷん	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく しらすほし とりにく とうふ みそ	さやいんげん キャベツ もやし にんじん たけのこ たまねぎ なましいたけ ねぎ	647 26.1	
14	火	ごはん きゅうにゅう ぶたキムチ こまつなのナムル わかめスープ メロン	ごはん ごまあぶら あぶら さとう	ぎゅうにゅう やきぶた わかめ とうふ とりにく ぶたにく	はくさいキムチ もやし にら こまつな キャベツ ねぎ にんにく たまねぎ にんじん メロン	623 27.3	
15	水	パン きゅうにゅう さけのレモンソース おかひじきのツナあえ ポークビーンズ	パン でんぷん あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう さけ ツナ だいす ぶたにく	レモン パセリ おかひじき もやし にんじん たまねぎ トマト	660 31.5	
16	木	ごはん きゅうにゅう ◆かつおとだいすのみそがらめ もやしとハムのごますあえ だんごじる	ごはん でんぷん あぶら さとう ごま じゃがいもだんご	ぎゅうにゅう かつお だいす みそ チキンハム とりにく とうふ	しょうが さやいんげん もやし キャベツ にんじん ごぼう こんにやく しめじ ねぎ	650 27.4	
17	金	パン きゅうにゅう とりにくのマーマレードに(2こ) ◆きりほしだいこんとベーコンのソテー コーンとうにゅうクリームスープ	パン マーマレード あぶら じゃがいも こめこ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ポークハム とうにゅう	みかん にんにく きりほしだいこん こまつな コーン たまねぎ パセリ にんじん	680 31.4	
20	月	パン きゅうにゅう オムレツのトマトソース おかひじきのソテー ビーフシチュー	パン じゃがいも さとう あぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう たまご ベーコン きゅうにく	たまねぎ さやいんげん トマト にんにく ほうれんそう キャベツ おかひじき にんじん グリンピース	685 26.8	
21	火	【太田・龍田】ごはん 【石海・斑鳩】たけのこごはん 【全校】さわらのたけあげ ほうれんそうのおひたし ゆばのすましじる かわちぼんかん	ごはん ごはん あぶら でんぷん	とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう ゆば とうふ かまぼこ さわら かつおぶし	たけのこ さやいんげん しょうが にんじん ほうれんそう もやし たまねぎ しめじ ねぎ かわちぼんかん	641 30.0	
22	水	パン きゅうにゅう とりにくのパーベキューソース もやしのソテー キャベツのスープに いちごジャム	パン さとう あぶら ごまあぶら じゃがいも ジャム	ぎゅうにゅう とりにく やきぶた ベーコン	しろねぎ しょうが にんにく りんご もやし あおピーマン にんじん キャベツ たまねぎ しめじ さやいんげん	600 29.1	
23	木	【太田・龍田】たけのこごはん 【石海・斑鳩】ごはん 【全校】ぶたにくのしょうがいため ◆こまつなとごぼうのごまあえ とうふのみそしる	ごはん ごはん あぶら さとう ごま	とりにく ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あぶらあげ わかめ みそ ぎゅうにゅう	たけのこ しょうが たまねぎ にんじん ごぼう もやし さやいんげん こまつな えのきたけ ねぎ	661 28.2	
24	金	ミニミニパン きゅうにゅう スパゲティミートソース ◆きびなのからあげ ツナとわかめのサラダ(ドレッシング)	パン スパゲティ でんぷん あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく きゅうにく ぶたにく きびなご ツナ わかめ	たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム キャベツ きゅうり コーン	644 28.5	
27	月	給食はありません					
28	火	ごはん きゅうにゅう はるまき ビーフソテー ちゅうかさスープ	ごはん こむぎこ あぶら ビーフン ごまあぶら はるさめ	ぎゅうにゅう やきぶた ぶたにく	たまねぎ にんじん もやし キャベツ にら たけのこ こまつな ほしいたけ ねぎ	66 19.7	
29	水	パン きゅうにゅう にこみハンバーグ キャベツとハムのソテー たまごほうれんそうのスープ	パン さとう でんぷん あぶら	ぎゅうにゅう たまご とりにく ぶたにく ポークハム ベーコン	キャベツ もやし コーン ほうれんそう たまねぎ しめじ にんじん パセリ	629 30.1	
30	木	てまきすし [あなご ツナキャベツ] ◆たくあん のり ぎゅうにゅう しんたまねぎのみそしる	ごはん さとう マヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう あなご ツナ のり あぶらあげ わかめ みそ	キャベツ たくあん たまねぎ にんじん なましいたけ ねぎ	690 25.5	
31	金	パン きゅうにゅう ポテトのミートソースやき アスパラサラダ チンゲンサイスープ	パン あぶら さとう じゃがいも マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ポークハム とりにく とうふ	なす たまねぎ パセリ キャベツ アスパラガス コーン もやし にんじん ほしいたけ しょうが チンゲンサイ	610 25.8	