



# 5月学校給食予定献立表



日付	献立名	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	主な材料						中止校
			主に体をつくるものとなる食品		主に体の調子をととのえるものとなる食品		主に体のエネルギーのもととなる食品		
1 (金)	<b>端午の節句献立</b> ひじきごはん 牛乳 かつおのみそがらめ 沢煮椀 ☆柏餅 (小中) ☆ゼリー (幼)	696 34.3	★牛乳 みそ ひじき	かつお とり肉	枝豆 ★ごぼう たけのこ きぬさや	しょうが にんじん 干しいたけ	★米 揚げ油 こんにやく ゼリー (幼)	片栗粉 三温糖 かしわもち (小中)	井小 大幼 井幼
7 (木)	しょうゆラーメン 牛乳 アスパラガスのソテー 小籠包	623 25.4	ぶた肉 ★牛乳	わかめ ショウロンボウ	しょうが たまねぎ ねぎ にんじん	チンゲン菜 もやし アスパラ とうもろこし	中華めん オリーブオイル		
8 (金)	<b>キャラクター誕生記念献立</b> カレーライス 牛乳 フルーツミックス 	607 20.8	とり肉 ★牛乳	豚レバー	★にんにく にんじん すりおろしりんご パイナップル	たまねぎ グリーンピース みかん	★米 じゃがいも こんにやくデザート	★麦 ナタデココ	木中1年
11 (月)	キャロットピラフ 牛乳 ミルクシチュー ツナサラダ	612 24.4	とり肉 ツナ	★牛乳	にんじん マッシュルーム キャベツ 赤ピーマン	たまねぎ グリーンピース とうもろこし	★米 サラダ油	じゃがいも 三温糖	
12 (火)	パン 牛乳 ポークビーンズ ごぼうサラダ *ブルーベリージャム	717 26.4	★牛乳 豚レバーチップ	ぶた肉 大豆	たまねぎ マッシュルーム にんじん	グリーンピース ★ごぼう とうもろこし	パン 三温糖 ブルーベリージャム	じゃがいも すりごま マヨネーズ	
13 (水)	豆ごはん 牛乳 筑前煮 キャベツのみそ汁 ☆日向夏ゼリー	686 29.1	★牛乳 ちくわ わかめ	とり肉 あつあげ みそ	★ごぼう だいこん 干しいたけ キャベツ	たけのこ ねぎ にんじん いんげん グリーンピース	★米 三温糖	こんにやく 日向夏ゼリー	高中3年 木中3年 芳中3年 出幼
14 (木)	中華丼 牛乳 揚げ餃子ロール	667 29.2	★牛乳 いか	ぶた肉 えび 餃子ロール	しょうが にんじん たけのこ ねぎ	たまねぎ キャベツ 干しいたけ	★米 ごま油 揚げ油	★麦 片栗粉	高中3年 木中3年 芳中3年
15 (金)	ごはん 牛乳 鯖の照り焼き たくあんあえ きぬさやのみそ汁	728 30.4	★牛乳 とうふ わかめ	鯖 あぶらあげ みそ	しょうが にんじん たまねぎ きぬさや	キャベツ たくあん しめじ	★米 片栗粉 じゃがいも	三温糖 すりごま	高中 木中3年 芳中3年
18 (月)	えびクリームライス 牛乳 ひじきサラダ ☆八女茶ムース	683 27.5	★牛乳 ウィンナー ひじき	えび ちりめん	たまねぎ マッシュルーム キャベツ	にんじん グリーンピース とうもろこし	★米 三温糖 ごま	★麦 サラダ油 八女茶ムース	稲小 県小 井小 芳小 芳幼 井幼
19 (火)	パン 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き 粉ふきいも オニオンスープ	670 28.9	★牛乳 ベーコン	とり肉	★にんにく マッシュルーム にんじん	たまねぎ キャベツ とうもろこし	パン 片栗粉	マーマレード じゃがいも	芳中2年
20 (水)	ごはん 牛乳 鰯のかぼすレモン煮 キャベツのしそひじきあえ 豚汁	698 26.5	★牛乳 しそひじき みそ	鰯のかぼすレモン ぶた肉	キャベツ ★ごぼう にんじん	小松菜 たまねぎ ねぎ	★米 こんにやく	じゃがいも	芳中1年 高幼 出幼
21 (木)	五目うどん 牛乳 揚げたこ焼き きゅうりの梅肉あえ *小魚アーモンド (小中)	623 28.8	かまぼこ とり肉 ★牛乳 小魚 (小中)	あぶらあげ わかめ かつおぶし たこやき	たまねぎ 干しいたけ しめじ きゅうり	にんじん ねぎ キャベツ 練り梅	うどん 揚げ油	アーモンド (小中) 三温糖	井中3年 木幼
22 (金)	ごはん 牛乳 豚じゃが 手作りふりかけ	674 30.0	★牛乳 ちりめん かつおぶし	ぶた肉 さけフレーク しそひじき	しょうが にんじん 干しいたけ	たまねぎ グリーンピース 小松菜	★米 こんにやく	じゃがいも 三温糖	木中2年 井中2・3年 井中A・C組
25 (月)	ふわふわ丼 牛乳 土佐酢あえ *抹茶大豆 (小中)	636 28.4	★牛乳 卵 大豆	ぶた肉 かつおぶし	にんじん 干しいたけ キャベツ とうもろこし	たまねぎ ねぎ 小松菜	★米 三温糖	やきふ 片栗粉	高小 大小 木小 西小 出小 高中 井中3年 西幼 高幼 大幼 木幼
26 (火)	スラッピージョー 牛乳 わかめスープ	636 27.7	★牛乳 大豆 ウィンナー	ぶた肉 豚レバーチップ わかめ	★にんにく にんじん しめじ	たまねぎ えのきたけ チンゲン菜 とうもろこし	パン 三温糖	パン粉	稲小3・4年 出小
27 (水)	ごはん 牛乳 鶏肉の梅焼き 塩昆布あえ じゃがいものみそ汁	730 28.9	★牛乳 塩昆布 わかめ	とり肉 あぶらあげ みそ	練り梅 きゅうり たまねぎ	キャベツ にんじん しめじ	★米 片栗粉	三温糖 じゃがいも	
28 (木)	ごはん 牛乳 ししゃもフライ 切り干し大根のソース炒め すまし汁	663 27.5	★牛乳 ぶた肉 とうふ 青のり	ししゃも かまぼこ わかめ	にんじん キャベツ 紅しょうが たまねぎ	切干大根 もやし 青のり えのきたけ	★米	揚げ油	井小5年
29 (金)	ごはん 牛乳 厚揚げのカレー炒め煮 いんげんのごまマヨネーズあえ	675 28.8	★牛乳 あつあげ	ぶた肉 ツナ	しょうが にんじん しめじ とうもろこし	たまねぎ たけのこ 小松菜 きゅうり	★米 片栗粉 マヨネーズ	三温糖 ごま	井小5年 芳幼 井幼