

# 5月の学校給食献立予定表



令和6年

秩父第一中学校共同調理場

日	曜	主食	牛乳	主菜・副菜	血や肉、骨や歯になる食品(赤)	からだの調子を整える食品(緑)	熱や力のもとになる食品(黄色)	エネルギー kcal	タンパク質 g
					1群・2群	3群・4群	5群・6群		
1	水	バターロール		クラムチャウダー チキンナゲット③ ゆで野菜サラダ	牛乳 ベーコン あさり チキンナゲット	玉ねぎ にんじん とうもろこし キャベツ ブロッコリー	バターロール 小麦粉 じゃがいも バター 油 ヨーンクリームドレッシング	838	29.0
2	木	こどもの日献立 そばろごはん		かつおカツ 若竹汁 柏餅	牛乳 豚肉 かつお(鰹) ベーコン かまぼこ 豆腐 わかめ	人参 ごぼう たけのこ 干しいたけ	ごはん 油 砂糖 柏餅 小麦粉	805	28.8
7	火	ごはん		肉じゃが すり身チーズロール ごまあえ	牛乳 豚肉 すり身チーズロール	玉ねぎ にんじん いんげん ほうれん草 キャベツ	ごはん 三温糖 油 しらたき じゃがいも すりごま	766	30.2
8	水	地粉うどん		肉うどん がんす 小松菜あえ	牛乳 豚肉 油揚げ なると がんす	人参 玉ねぎ ねぎ 干しいたけ 小松菜 キャベツ とうもろこし	うどん 油 砂糖	759	31.8
9	木	ごはん		豚キムチ 揚げ餃子③ 大豆もやしのナムル	牛乳 豚肉 生揚げ 餃子	白菜キムチ キャベツ 小松菜 ねぎ にんじん なら しょうが にんにく 大豆もやし もやし	ごはん 油 砂糖 小麦粉 韓国ナムルドレッシング	814	32.0
10	金	ごはん		ハヤシライス キャベツサラダ パリッシュ	牛乳 鶏肉 パリッシュ	しょうが 玉ねぎ にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし	ごはん 油 じゃがいも 玉ねぎドレッシング	792	27.5
13	月	きなこ揚げパン		ワンタンスープ 肉団子② 花野菜サラダ	牛乳 きなこ 豚肉 タレ付き肉団子	もやし ねぎ にんじん チンゲン菜 ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	米粉パン 油 砂糖 ワンタン ごま油 イリアントレッシング	779	32.4
14	火	ごはん		豆腐のうま煮 春巻き もやしサラダ	牛乳 豚肉 ヨーグルト	人参 玉ねぎ 赤ピーマン たけのこ キャベツ 小松菜 きくらげ にんにく しょうが もやし	ごはん 油 片栗粉 ごま油 油 小麦粉 中華ドレッシング	862	33.3
15	水	はちみつパン		カレービーンズ コールスローサラダ ヨーグルト	牛乳 大豆 金時豆 豚ひき肉 ヨーグルト	玉ねぎ キャベツ にんじん しょうが にんにく とうもろこし	はちみつパン 油 砂糖 バター ヨーンクリームドレッシング	839	32.5
16	木	ごはん おかかふりかけ		豚汁 鶏肉の香草焼き 塩昆布あえ	牛乳 鶏肉 豆腐 塩昆布	きゅうり ねぎ キャベツ ごぼう にんじん	ごはん こんにやく じゃがいも 油 ごま ごま油	777	34.7
17	金	わかめごはん		たけのこのうま煮 白ごまつくね③ ゆかりあえ	牛乳 鶏肉 油揚げ 白ごまつくね	たけのこ にんじん いんげん キャベツ もやし 小松菜	わかめごはん 油 砂糖 こんにやく 片栗粉	782	32.2
20	月	パンにはさむ 子どもパン		ABCスープ ハムカツ(パックソース) ごぼうサラダ	牛乳 ひじき ベーコン ハムカツ	玉ねぎ にんじん キャベツ ごぼう れんこん さやいんげん	子どもパン じゃがいも マカロニ 油 ごま 小麦粉 ごまドレッシング	777	27.2
21	火	ごはん		たまごスープ ハンバーグバーベキューソース たくあんサラダ	牛乳 ハンバーグ ベーコン 卵	玉ねぎ にんじん とうもろこし こまつな たくあん キャベツ きゅうり	ごはん 片栗粉 砂糖 はちみつ 油 ごま	774	28.0
22	水	ホット中華めん		野菜ラーメン 揚げ焼売③ ブロッコリーの中華サラダ	牛乳 豚肉 なると ポーク焼売	もやし 玉ねぎ チンゲン菜 にんじん ねぎ きくらげ にんにく とうもろこし しょうが ブロッコリー キャベツ	中華めん 片栗粉 砂糖 ごま 小麦粉 中華ドレッシング	759	31.5
23	木	ごはん		みそ汁 鯖の生姜焼き 五目きんぴら	牛乳 豆腐 油揚げ 鯖の生姜焼き 竹輪 豚肉	小松菜 にんじん 玉ねぎ ねぎ ごぼう れんこん	ごはん こんにやく 油 砂糖	810	31.2
24	金	ごはん		チキンカレー ほうれん草のサラダ チーズ	牛乳 豚肉 チーズ	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん ほうれん草 キャベツ とうもろこし ソテーオニオン	ごはん 油 じゃがいも 砂糖	807	29.1
27	月	コッペパン		焼きそば ウインナー(ケチャップソース) ゆで野菜サラダ	牛乳 豚肉 あおのり ウインナー	にんじん キャベツ 玉ねぎ ブロッコリー きゅうり とうもろこし	ごはん 砂糖 油 片栗粉 ごま油 ごま 和風ドレッシング	761	32.2
28	火	ごはん		厚揚げの中華煮 にらまんじゅう② チョレギサラダ	牛乳 豚肉 生揚げ エビ にらまんじゅう わかめ のり	人参 玉ねぎ チンゲン菜 キャベツ たけのこ きくらげ しょうが きゅうり	ごはん 油 ごま油 砂糖 片栗粉 小麦粉 ごま 塩ドレッシング	790	34.3
29	水	ツイストパン		コーンシチュー いかナゲット② グリーンサラダ	牛乳 鶏肉 いかナゲット	玉ねぎ とうもろこし キャベツ きゅうり ブロッコリー 枝豆	ツイストパン じゃがいも 小麦粉 バター 油 イリアントレッシング	779	30.8
30	木	ごはん		みそ汁 味付きチキンカツ 切干大根の煮物	牛乳 油揚げ わかめ チキンカツ 豚肉 さつま揚げ	玉ねぎ にんじん 切干大根	ごはん じゃがいも 油 砂糖 しらたき 小麦粉	791	29.9
31	金	キムタクごはん		春雨スープ 白身魚フリッター(ﾀﾗ)③ 日向夏ゼリー	牛乳 豚肉 ベーコン ﾀﾗフリッター	たくあん 白菜キムチ 玉ねぎ キャベツ もやし にんじん	ごはん 油 ごま 春雨 日向夏ゼリー 小麦粉	831	29.6

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。ご了承ください。 ◆給食に関する行事などについては、各学校のおたよりで、確認してください。◆秩父第一中学校、秩父第二中学校、影森中学校、高篠中学校共通の献立表です。

