



5月給食献立予定表



日	曜	主 食	牛乳	お か す	血や肉、骨や歯に なる食品 (赤)	熱や力のもとに なる食品 (黄)	からだの調子を 整える食品 (緑)	I材料 - kcal	卵の質 g
1	水	はちみつパン	牛乳	クラムチャウダー チキンナゲット② ブロッコリーサラダ	牛乳 あさり ベーコン とりにく	パン ジャがいも あぶら こむぎこ バター さとう でんぷん パンこ	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー レモン にんにく	612	21.8
2	木	そばろごはん	牛乳	わかたけじる カツオカツ かしわもち	牛乳 ぶたにく わかめ かまぼこ かつお	ごはん さとう あぶら パンこ こむぎこ でんぷん もちこ しょうしんこ	しょうが ごぼう にんじん たけのこ ねぎ こまつな えのき たまねぎ あずき	693	24.2
7	火	ごはん	牛乳	とんじる とりにくのこうみやき しおこんぶあえ	牛乳 ぶたにく とうふ とりにく こんぶ	ごはん ジャがいも あぶら ごまあぶら	だいこん ごぼう ねぎ にんじん こんにゃく キャベツ こまつな	588	30.1
8	水	じごなうどん	牛乳	きつねうどんのしる がんす こまつなあえ	牛乳 あぶらあげ とりにく わかめ たら	うどん さとう あぶら でんぷん パンこ こむぎこ	ねぎ にんじん しいたけ こまつな キャベツ とうもろこし たまねぎ	658	27.6
9	木	ごはん	牛乳	ハヤシライス こんにゃくサラダ チーズ	牛乳 ぶたにく チーズ	ごはん ジャがいも あぶら バター さとう こむぎこ でんぷん	たまねぎ にんじん にんにく しょうが こんにゃく キャベツ きゅうり トマト	656	23.6
10	金	きなこあげパン	牛乳	ワンタンスープ にくだんご② ゆでやさしいサラダ	牛乳 きなこ とりにく	パン あぶら さとう ワンタン ごまあぶら パンこ でんぷん	もやし たまねぎ にんじん こまつな ブロッコリー とうもろこし	614	25.8
13	月	ごはん	牛乳	ぶたキムチ はるまき もやしのナムル	牛乳 ぶたにく なまあげ	ごはん さとう あぶら ごまあぶら ごま こむぎこ はるさめ でんぷん	キムチ キャベツ ねぎ にんじん しょうが にんにく もやし こまつな たけのこ たまねぎ しいたけ	676	24.7
14	火	ごはん	牛乳	こまつなのみそしる さばのしょうがやき ごもくきんびら	牛乳 とうふ さば ぶたにく ちくわ	ごはん あぶら さとう	こまつな にんじん たまねぎ だいこん ごぼう れんこん こんにゃく しょうが	645	26.0
15	水	コッペパン スライス	牛乳	やきそば ウインナーのケチャップソース コーンとほうれんそうのサラダ	牛乳 ぶたにく ウインナー	パン めん あぶら さとう	キャベツ たまねぎ にんじん にんにく しょうが ほうれんそう とうもろこし	590	26.6
16	木	ごはん	牛乳	にくじゃが すりみチーズロール たくあんあえ	牛乳 ぶたにく たら チーズ	ごはん ジャがいも あぶら さとう ごま でんぷん	たまねぎ にんじん いんげん しらたき たくあん もやし こまつな	622	24.5
17	金	こどもパン	牛乳	はるさめスープ ハムカツ (ちゅうのうソース) ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	牛乳 とりにく とうふ ハム ひじき ぶたにく	パン はるさめ あぶら ごま パンこ こむぎこ さとう でんぷん	にんじん こまつな もやし たまねぎ ごぼう れんこん	625	23.1
20	月	ごはん	牛乳	あつあげのごもくちゅうかに さいのくにニラまんじゅう② チョレギサラダ	牛乳 なまあげ ぶたにく えび わかめ のり だいすこ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら ごま でんぷん こむぎこ	たまねぎ にんじん たけのこ こまつな きくらげ しょうが にんにく にら キャベツ しいたけ こんにゃくこ	655	28.4
21	火	ごはん	牛乳	チキンカレー おんやさいサラダ パリッシュ	牛乳 とりにく かたくちいわし	ごはん ジャがいも あぶら さとう こむぎこ でんぷん	たまねぎ にんじん にんにく しょうが こまつな キャベツ	622	24.7
22	水	ちゅうかめん	牛乳	やさしいラーメンのスープ あげポークしゅうまい② ちゅうかサラダ	牛乳 ぶたにく なると	めん あぶら ごまあぶら さとう こむぎこ でんぷん	もやし たまねぎ にんじん きくらげ にんにく しょうが こまつな キャベツ	626	24.4
23	木	わかめごはん	牛乳	たけのこのうまに つくねのわふうあん② きりほしだいこんサラダ	牛乳 わかめ とりにく あぶらあげ くきわかめ	ごはん ジャがいも さとう あぶら でんぷん ごま パンこ	たけのこ にんじん いんげん こんにゃく だいこん きゅうり たまねぎ	627	24.8
24	金	ツイストパン	牛乳	ポークビーンズ ポパイサラダ ヨーグルト	牛乳 だいす ぶたにく ヨーグルト	パン ジャがいも さとう あぶら ごまあぶら ごま	たまねぎ にんじん にんにく トマト ほうれんそう もやし とうもろこし	630	27.9
28	火	キムたくごはん	牛乳	かきたまスープ しろみざかなフリッター② ひゅうがなつゼリー	牛乳 ぶたにく たまご かまぼこ たら おきあみ のり	ごはん あぶら ごま でんぷん こむぎこ さとう こめこ	たくあん キムチ たまねぎ にんじん こまつな しいたけ ひゅうがなつ	625	22.4
29	水	バターロール	牛乳	ABCスープ デミグラスにこみハンバーグ はなやさいサラダ	牛乳 ベーコン とりにく ぶたにく	パン マカロニ ジャがいも さとう あぶら でんぷん	キャベツ たまねぎ にんじん セロリー ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	643	23.5
30	木	ごはん	牛乳	とうふのうまに あげぎょうざ② こまつなのナムル	牛乳 とうふ ぶたにく とりにく だいすこ	ごはん あぶら でんぷん ごまあぶら さとう ごま こむぎこ	たまねぎ キャベツ にんじん たけのこ きくらげ にんにく しょうが こまつな もやし	649	26.3
31	金	しょくパン (いちごジャム)	牛乳	コーンシチュー いかなゲット② キャベツサラダ	牛乳 とりにく いか たちうお だいすこ	パン ジャム ジャがいも あぶら バター さとう パンこ こむぎこ でんぷん	たまねぎ にんじん とうもろこし キャベツ	645	24.2

※地粉うどん、中華めんの製造工場においては、卵、そばを含む製品を製造しています。

◆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。
◆給食に関係する行事については、各学校のおたよりで確認してください。

端午の節句

5月5日に行われる節句で、大昔の中国の厄よけの行事と、日本の田植えに関係する女性のお祭りが結びついたものといわれています。江戸時代になると、男の子の成長を祝う行事となりました。「菖蒲の節句」ともいわれ、菖蒲湯に入ったり、こいのぼりや武者人形を飾ったり、ちまきやかしわもちを食べたりします。