

5月学校給食献立表

【 用 】

東員町学校給食センター

日	ようび	こ ん だ て	あか 体をつくる素になるもの	き エネルギーの素になるもの	みどり 体の調子を整えるもの	エネルギー kcal
1	水	ハヤシライス ぎゅうにゅう コールスローサラダ おいわいいちごゼリー	ぶたにく ぎゅうにゅう ツナ	ごはん じゃがいも あぶら ハヤシルウ ドレッシング おいわいいちごゼリー	にんじん たまねぎ エリンギ トマト ブロッコリー キャベツ コーン	522
2	木	ごはん ぎゅうにゅう てりやきとうふハンバーグ ちゃふきいも やさいのごもくに	ぎゅうにゅう ちくわ とうふハンバーグ こうやどうふ	ごはん さとう かたくりこ じゃがいも	だいこん にんじん れんこん こんにゃく ほししいたけ さやいんげん りょくちや	491
7	火	ごはん ぎゅうにゅう わかさぎフライ ごぼうサラダ とんじる	ぎゅうにゅう わかさぎフライ ちくわ ぶたにく みそ	ごはん あぶら さとう ドレッシング じゃがいも	ごぼう コーン たまねぎ にんじん こんにゃく ねぎ	500
8	水	ごはん ぎゅうにゅう ぶたのしょうがやき ゆかりあえ かきたまじる	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ たまご	ごはん あぶら さとう かたくりこ	しょうが たまねぎ あかしそ キャベツ しいたけ にんじん こまつな	460
9	木	ちゅうかはん ぎゅうにゅう にくだんごとはるさめのスープ	ぶたにく いか ぎゅうにゅう にくだんご あぶらあげ	ごはん あぶら かたくりこ ごまあぶら はるさめ	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ ねぎ もやし チンゲンサイ	450
10	金	パン ぎゅうにゅう いかリングフライ キャベツサラダ やさいのカレースープ	ぎゅうにゅう いかリングフライ ハム とりにく	パン あぶら ドレッシング じゃがいも	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん しめじ ブロッコリー	504
13	月	ごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー とうふとめかぶのスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ めかぶ とうふ あぶらあげ	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ	しょうが にんにく キャベツ にんじん たけのこ ピーマン たまねぎ チンゲンサイ	460
14	火	ごはん ぎゅうにゅう かつおのなんぶあげ ちくさあえ あおさのみそしる	ぎゅうにゅう かつお ハム あおさのり とうふ みそ	ごはん あぶら さとう ごま ごまあぶら	ほうれんそう にんじん えのきたけ たまねぎ だいこん ねぎ	460
15	水	チキンライス ぎゅうにゅう クリームシチュー いろどりサラダ	ぎゅうにゅう とりにく	ごはん じゃがいも こめこ ドレッシング	たまねぎ にんじん エリンギ ほうれんそう きゅうり きパブリカ	449
16	木	ごはん ひじきのり ぎゅうにゅう さわらのてりやき だいこんサラダ ごもくきんぴら	ひじきのり ぎゅうにゅう さわら かつお とりにく	ごはん さとう かたくりこ じゃがいも ごまあぶら	しょうが だいこん きゅうり にんじん ごぼう たけのこ こんにゃく	448
17	金	パン ぎゅうにゅう やきうどん だいずサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ かつおぶし ツナ だいず	パン うどん あぶら ドレッシング	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン ねぎ きゅうり コーン	538
20	月	ごはん ぎゅうにゅう コロケ かいそうサラダ マカロニ入りミネストローネ	ぎゅうにゅう コロケ かいそう サラダチキン ベーコン	ごはん あぶら ごま マカロニ	きゅうり コーン にんじん たまねぎ トマト パセリ	479
21	火	ごはん ぎゅうにゅう さばのみそに はりはりづけ しんじゃがいものそぼろに	ぎゅうにゅう さば みそ しおこんぶ とりにく	ごはん さとう かたくりこ ごま じゃがいも	しょうが きりほしだいこん きゅうり たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん	494
22	水	ごはん ぎゅうにゅう カレーどうふ れんこんサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ	ごはん さとう ドレッシング カレールウ	にんにく しょうが えだまめ ほししいたけ たけのこ たまねぎ ねぎ れんこん	511
23	木	まめごはん ぎゅうにゅう しいらのたつたあげ おひたし のっぺいじる	ぎゅうにゅう しいら とうふ	ごはん かたくりこ こめこ あぶら ごま さとう さといも	グリーンピース しょうが にんにく ほうれんそう もやし えのきたけ にんじん だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ	429
24	金	パン ぎゅうにゅう チーズ入りブロッコリーサラダ チリコンカン	ぎゅうにゅう チーズ ぶたにく だいず	ロールパン ドレッシング あぶら さとう	ブロッコリー コーン にんにく たまねぎ ピーマン トマト	525
27	月	わかめごはん ぎゅうにゅう やきギョーザ きりほしのちゅうかあえ ポーミトン	わかめ ぎゅうにゅう ギョーザ かんてん ベーコン たまご	ごはん ごま ドレッシング かたくりこ	きりほしだいこん にんじん きゅうり コーン パセリ	473
28	火	ごはん ぎゅうにゅう あじのしょうがに ツナサラダ しんたまねぎのみそしる	ぎゅうにゅう あじ ツナ とうふ みそ	ごはん さとう かたくりこ ドレッシング	しょうが キャベツ コーン たまねぎ にんじん えのきたけ こんにゃく こまつな	450
29	水	ぶたそぼろどん ぎゅうにゅう もすく入りワントンスープ	ぶたにく ぎゅうにゅう もすく あぶらあげ	ごはん さとう かたくりこ ワントン	にんじん たまねぎ きりほしだいこん ねぎ こまつな もやし	448
30	木	ごはん ぎゅうにゅう レモンチキン まめいっぱいサラダ コンソメスープ	ぎゅうにゅう とりにく だいず ソーセージ	ごはん あぶら さとう ドレッシング	レモン えだまめ コーン たまねぎ にんじん だいこん エリンギ ブロッコリー	494
31	金	パン ぎゅうにゅう ホタテとキャベツのスパゲティ にんじんとコーンのサラダ チーズ	ぎゅうにゅう ホタテ ベーコン チーズ	パン スパゲティ バター オリーブゆ ドレッシング	にんにく たまねぎ しめじ キャベツ にんじん コーン パセリ	572
簡易給食		チキンライス ハンバーグ マカロニサラダ ※家庭よりお茶の持参をお願いします。	ハンバーグ だいず	ごはん マカロニ ドレッシング	コーン	419

(都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。)