

5月きゅうしょくよていこんだてひょう 2018

さかしょうがっこう

日	献立名	おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー (kcal)
		おもにエネルギーのもとになる (きいろのなかま)	おもにからだをつくるもとになる (あかのなかま)	おもにからだのちょうしをととのえるもとになる (みどりのなかま)	
1 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		614
	カレーごはん	こめ・むぎ			
	こうやどうふとやさいの キーマカレー	あぶら	こうやどうふ・ぶたにく・だいず	たまねぎ・ふるね・にんにく・にんじん ピーマン	
	キャベツときゅうりのサラダ	あぶら・さとう		キャベツ・きゅうり・コーン	
	ミルクプリン	さとう	ぎゅうにゅう・だっしふんにゅう		
2 (水) こどもの 目 こんだて	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		674
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	ちくわのいそべあげ	こむぎこ・あぶら	ちくわ・たまご・あおのり		
	おひたし		ちりめんじゃこ	ほうれんそう・キャベツ	
	みそしる	じゃがいも	あぶらあげ・みそ	だいこん・にんじん・はねぎ	
かしわもち	しょうしんこ・さとう	あずき			
7 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		589
	チキンピラフ	こめ・むぎ・バター	とりにく	たまねぎ・マッシュルーム・グリーンピース	
	ジャーマンポテト	じゃがいも・あぶら	ウイナー・こなチーズ	たまねぎ・コーン	
	ラビオリスープ	ラビオリのかわ	ぶたにく	キャベツ・にんじん・セリ・こまつな・たまねぎ	
8 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		695
	げんまいいりしょくパン	げんまいいりパン			
	ビーンズグラタン	バター・こむぎこ・あぶら・マカロニ	ウイナー・ぎゅうにゅう・チーズ いんげんまめ・だっしふんにゅう	たまねぎ・コーン・マッシュルーム ほうれんそう	
	しめじスープ			キャベツ・にんじん・しめじ・パセリ	
	くだもの			ニューサマーオレンジ	
9 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		569
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	やきつくね	あぶら・でんぷん・さとう	とりにく・かつおぶし	キャベツ・ふるね・にんにく	
	こまつなソテー	あぶら		こまつな・キャベツ・コーン	
	ポテトスープ	じゃがいも・あぶら	ベーコン	たまねぎ・にんじん・しめじ・パセリ	
10 (木) ふるさと 給食	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		593
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さばのしおやき		さば	ふるね	
	きりぼしだいこんのもの	さとう	さつまあげ・あぶらあげ・こんぶ	きりぼしだいこん・にんじん・さやいんげん	
	みそしる	じゃがいも	みそ	たまねぎ・しめじ・はねぎ	
11 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		571
	ちゅうかさいはん	こめ・むぎ・ごまあぶら・さとう・ごま	ぶたにく	こまつな	
	みしまじゃがとっと	じゃがいも・さとう・でんぷん・あぶら	ぎょにくすりみ	こまつな	
	エリンギソテー	バター		エリンギ・チンゲンサイ	
	もすくのスープ	でんぷん・ごま	もすく・たまご	ふるね・しいたけ・にんじん・たまねぎ はねぎ	
	くだもの			ネーブルオレンジ	
14 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		629
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	あじフライ	こむぎこ・あぶら・パンこ	あじ・たまご		
	むしキャベツ(ごまソース)	ごま・さとう		キャベツ	
	みそしる		あぶらあげ・みそ	だいこん・にんじん・こまつな	
15 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		679
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さかなのちゅうかあえ	でんぷん・あぶら・さとう・ごまあぶら	さわら・だいず	ふるね・にんにく・ねぶかねぎ	
	だいこんサラダ	ごまあぶら・さとう・ごま		だいこん・きゅうり・にんじん	
	みそしる	じゃがいも	みそ	たまねぎ・はねぎ	
16 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		693
	ハヤシライス(むぎいりごはん)	こめ・むぎ・こむぎこ・バター あぶら・じゃがいも	ぶたにく・だっしふんにゅう こなチーズ	ふるね・にんにく・たまねぎ・にんじん トマト・グリーンピース	
	ごぼうサラダ	マヨネーズ・すりごま・さとう	ヨーグルト	ごぼう・キャベツ・にんじん	
	くだもの			あまなつみかん	

☆ 17日からの献立は裏面をご覧ください。



日	献立名	おもにエネルギーになる (きいろのなかま)	おもにからだをつくる (あかのなかま)	おもにからだのちょうしを ととのえる (みどりのなかま)	エネルギー (kcal)
17 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		593
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	トンドウフ	あぶら・でんぷん・ごまあぶら	ぶたにく・なまあげ	ふるね・しいたけ・にんじん・チンゲンサイ	
	いんげんのくろごまあえ	ごま・さとう		さやいんげん	
	はるさめスープ	はるさめ・ごまあぶら	ぶたにく・わかめ	キャベツ・にんじん・はねぎ	
18 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		626
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	とりのごまソースかけ	さとう・ごま	とりにく	ふるね・にんにく・トマトピューレ	
	コールスロー	あぶら・さとう		キャベツ・コーン	
	たまごスープ	でんぷん	とうふ・たまご	たまねぎ・はねぎ	
21 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		647
	グリーンピースごはん	こめ・むぎ		グリーンピース	
	さかなのマヨネーズやき	マヨネーズ・パンこ	さわら		
	かわりきんぴら	あぶら・さとう	とりにく・ひじき	ごぼう・にんじん・さやいんげん	
	みそしる		とうふ・みそ	たまねぎ・しめじ・こまつな	
22 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		622
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	とうふのチリソース	あぶら・さとう・でんぷん	とうふ・ぶたにく・えび	ふるね・にんにく・しいたけ たけのこ・にんじん・はねぎ	
	ビーンズサラダ	さとう・ごまあぶら	だいず	キャベツ・きゅうり・コーン	
	くだもの			あまなつみかん	
23 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		624
	カレーうどん	うどん	ぶたにく・かまぼこ・こなチーズ だし・いんげんにゅう	にんにく・たまねぎ・にんじん・はねぎ	
	ツナいりごまあえ	ごま・さとう	ツナ	こまつな・キャベツ	
	おこのみまめ	あぶら・さとう・でんぷん	しろはなまめ		
24 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		593
	なめし	こめ・むぎ・ごま		あおな	
	がんものにつけ	さとう	がんもどき		
	おひたし		かつおぶし	こまつな・キャベツ	
	とんじる	じゃがいも	ぶたにく・とうふ・あぶらあげ・みそ	ごぼう・にんじん・だいこん・はねぎ	
28 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		613
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	じゃがいものそぼろに	あぶら・じゃがいも・さとう・でんぷん	ぶたにく・だいず	ふるね・たまねぎ・にんじん	
	きゅうりのカリカリづけ	さとう		きゅうり	
	かきたまみそしる		たまご・みそ	だいこん・えのき・こまつな	
	こんぶのつくだに	さとう・ごま	こんぶ		
29 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		597
	ちゅうかどん (むぎいりごはん)	こめ・むぎ・あぶら・でんぷん	ぶたにく・いか・うずらのたまご	たまねぎ・にんじん・キャベツ たけのこ・しいたけ・こまつな	
	チンゲンサイのスープ	でんぷん・ごま	とうふ・ぶたにく	チンゲンサイ・たまねぎ	
	アーモンドフィッシュ	アーモンド・ごま・さとう	こざかな		
30 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		635
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	きびなごフライ	こむぎこ・パンこ・あぶら・ごま	きびなご		
	ごもくまめ	こんにゃく・さとう	だいず・こんぶ・とりにく	ごぼう・にんじん	
	みそしる	じゃがいも	みそ	たまねぎ・はねぎ	
	くだもの			ニューサマーオレンジ	
31 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		581
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	ハンバーグ(おろしソース)	パンこ・さとう	とりにく・ぶたにく	たまねぎ・だいこん	
	いそベポテト	じゃがいも	あおのり		
	みそしる		とうふ・あぶらあげ・みそ	たまねぎ・こまつな	

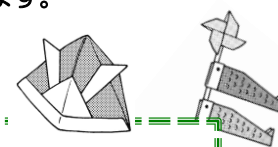
今月の給食は20回の予定です。仕入れの関係で献立を変更する場合があります。

お知らせ

☆25日(金)なかよし満足です。お弁当をご用意ください。

お願い

☆ 給食当番の時は、マスクを持たせてください。



5月5日は端午の節句です。もともとは古代中国の厄除けの行事が奈良時代に日本に伝わってきて、田植えの頃に行われていた豊作を祈る女性たちの祭り結びついたものです。それが、武家社会になってから男の子の成長を祝う行事になりました。端午の節句には、男の子の健やかな成長を祈って、武者人形やよろいかぶと、こいのぼりを飾ったり、柏もちやちまきを食べたり、菖蒲湯に入ったりします。