

令和4年度 5月中学校給食予定献立表

錦田中

三島市立錦田学校給食共同調理場

日	献立名	主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
こどもの日献立								
2 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		720kcal 31.4g
	鯖の西京焼き	鯖・味噌				砂糖		
	切り昆布のピリ辛煮	竹輪	糸昆布	人参	椎茸・古根・にんにく		ごま・ごま油	
	みそ汁	豆腐・油揚げ・味噌	わかめ	ほうれん草	キャベツ			
	柏餅	こしあん				上新粉・砂糖		
八十八夜献立								
6 (金)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		851kcal 29.9g
	黒はんぺんのお茶フライ	さば・いわし・たら			せん茶	でん粉・砂糖 パン粉・小麦粉	植物油	
	ひじき入りチャブチェ	豚肉	ひじき	ピーマン・赤ピーマン 人参	白菜キムチ	春雨	植物油・ごま油 ごま	
	すまし汁	かまぼこ・豆腐		人参・葉ねぎ				
	レアチーズ抹茶味	ゼラチン	クリームチーズ・練乳	抹茶			植物油	
9 (月)	カレーご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		773kcal 29.3g
	ドライカレー	豚肉・鶏肉・大豆	粉チーズ・脱脂粉乳	人参・ピーマン	玉葱		植物油	
	パンサンスー	ポークハム		人参	きゅうり・レタス	春雨・砂糖	ごま油	
	清見オレンジ				清見オレンジ			
10 (火)	わかめご飯(麦)・牛乳		牛乳・わかめ			精白米・麦		772kcal 32.9g
	ポテトの鶏卵焼き	鶏卵・豚肉	牛乳		玉葱	じゃがいも・砂糖	植物油	
	ツナの和え物	ベーコン・エビ			ロメインレタス・キャベツ とうもろこし・きゅうり	砂糖		
	みそ汁	豆腐・味噌	わかめ	葉ねぎ	玉葱	焼麩		
11 (水)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		761kcal 24.5g
	手作りコロッケ	豚肉・鶏卵	脱脂粉乳		玉葱	じゃが芋・マッシュポテト パン粉・小麦粉	植物油 バター	
	蒸しキャベツ				キャベツ	砂糖	ごま	
	わかめスープ	ベーコン	わかめ	人参	玉葱・筍		ごま	
12 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		796kcal 29.6g
	鶏肉のプレゼー	鶏肉	生クリーム	パセリ	玉葱・しめじ・にんにく	小麦粉	バター	
	粉ふきいも			パセリ		じゃが芋		
	野菜スープ	ベーコン		人参	玉葱・キャベツ		ごま	
13 (金)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		831kcal 29.8g
	ししゃもフライ	カラフトししゃも				パン粉・コーンフラワー 小麦粉	植物油	
	キャベツと小松菜のごま和え	まぐろ油漬		小松菜・人参	キャベツ	砂糖	ごま	
	具たくさん汁	豚肉・豆腐・味噌		人参・葉ねぎ	ごぼう・大根・玉葱	蒟蒻		
	牛乳かん		牛乳・粉寒天		みかん缶	砂糖		
	のり佃煮		のり			砂糖・でん粉		
16 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		773kcal 30.5g
	家常豆腐	焼き豆腐・豚肉		人参	筍・根深ネギ・椎茸・古根 グリーンピース	砂糖・でん粉	植物油	
	肉団子スープ	鶏肉		小松菜	玉葱・しめじ・にんにく	春雨・砂糖・でん粉	植物油	
	ニューサマーオレンジ				ニューサマーオレンジ			

のうみんずさんより無償で提供していただきます。

日	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		食	品 群	食	品 群	食	品 群	
17 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		733kcal 30.1g
	すき焼き丼	豚肉・焼き豆腐		人参・葉ねぎ	玉葱・根深ネギ	砂糖・しらたき	植物油	
	すまし汁	豆腐・かまぼこ		人参・葉ねぎ				
	フルーツゼリー				パイン缶・みかん缶	ゼリーの素		
18 (水)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		791kcal 33.1g
	鯛のソース和え	鯛			古根	でん粉・砂糖・パン粉	植物油	
	エリンギソテー			アスパラガス	キャベツ・エリンギ	でん粉	バター	
	かき玉みそ汁	豆腐・鶏卵・みそ	わかめ	葉ねぎ	えのき茸			
	清見オレンジ				清見オレンジ			
19 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		777kcal 31.0g
	中華丼の具	豚肉・イカ・エビ		人参 さやいんげん	キャベツ・玉葱・椎茸・筍 もやし・しめじ	砂糖・でん粉	植物油・ごま油	
	ぎょうざ	豚肉			キャベツ・玉葱・にら しょうが	でん粉・砂糖・小麦粉		
	豆とジャコのごま揚げ	白いんげん豆	ちりめんじゃこ			砂糖・でん粉	ごま・植物油	
20 (金)	うどん・牛乳		牛乳			小麦粉		787kcal 31.6g
	カレーうどん	豚肉・かまぼこ	粉チーズ 脱脂粉乳	人参・葉ねぎ トマトソース	玉葱・椎茸 にんにく	カレールー	バター	
	ポロニアカツ	鶏肉				ポテトフレーク・砂糖 米粉フレーク・でん粉	植物油	
	おひたし	竹輪		小松菜・人参	キャベツ			
23 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		707kcal 30.6g
	魚のクリームソース	さけ	牛乳 生クリーム		玉葱・とうもろこし マッシュルーム・枝豆	小麦粉	アーモンド 植物油・バター	
	ミニトマト			ミニトマト				
	ポテトスープ	ベーコン		人参・パセリ	玉葱	じゃが芋		
	プルーンヨーグルト		ヨーグルト		プルーン果汁			
24 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		822kcal 27.2g
	厚焼き玉子	鶏卵			大根	砂糖・でん粉	植物油	
	じゃがいものそぼろ煮	豚肉		人参	玉葱・しめじ・古根 グリーンピース	じゃが芋・砂糖 でん粉	植物油	
	みそ汁	豆腐・味噌	わかめ	葉ねぎ	玉葱			
	アーモンドフィッシュ		片口鯛			砂糖	アーモンド	
25 (水)	黒糖ロールパン・牛乳		牛乳・脱脂粉乳			小麦粉・黒糖	ショートニング	797kcal 29.4g
	ポークビーンズ	豚肉 大豆・白いんげん豆		人参 トマトピューレ	玉葱 グリーンピース	じゃが芋・小麦粉 砂糖	バター 植物油	
	ヨーグルト和え		ヨーグルト		りんご・みかん缶 パイン缶・もも缶			
31 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		759kcal 25.8g
	豆腐のチリソース	角絞り・豚肉・えび		人参	筍・にんにく・古根 グリーンピース・椎茸	砂糖 でん粉	植物油	
	じゃがいもの中華サラダ			人参	きゅうり・キャベツ	じゃが芋・砂糖	植物油・ごま油	
	清見オレンジ				清見オレンジ			

【 錦田中学校 】

今月の給食回数は、16回の予定です。
天候により、食材が変更になる場合があります。

【 今月の学校給食で使用している野菜 】

ミニトマト…川原ヶ谷地区の小林さん
しめじ・エリンギ…川原ヶ谷地区の長谷川さん
葉ねぎ…小沢地区の山田さん
ロメインレタス…箱根西麓のうみんずさん
トマトソース…三島ときめき連絡協議会トマトグループの加藤さん

玉葱…山田地区の杉山さん
小松菜…山田地区の林さん

