



5月 給食献立予定表

嵐山町学校給食センター

| 日 | 曜日 | 献立名 | | | 【あかの食品】 | 【きいろの食品】 | 【みどりの食品】 | 栄養量 | | | |
|-----------------------------|----|------------------------------|------|--|--|---|--|------------|---------|------------|--------------|
| | | 主食 | のみもの | おかず | おもに、血や肉や骨のもとになる | おもに、熱や力のもとになる | おもに、体のちようしをととのえる | エネルギー kcal | たんぱく質 g | | |
| 1 | 水 | 八十八夜&こどもの日 ごはん まっちゃんかか | 牛乳 | たけのことあつあげのもの てりやきハンバーグ 【幼稚園のみ】 おいわいゼリー | ぎゅうにゅう とりにく あつあげ ハンバーグ 【幼のみ】おいわいゼリー | ごはん あぶら さとう かたくりこ | にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ こんにやく | 小学校 691 | 27.0 | | |
| 2 | 木 | じごなうどん | 牛乳 | みぞれうどん ちくわのいそべあげ (小:1コ 中:2コ) わふうサラダ(ドレッシングあえ) | ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ あぶらあげ ちくわ あおのり わかめ | じごなうどん あぶら かたくりこ こむぎこ わふうドレッシング | にんじん ねぎ だいこん キャベツ きゅうり コーン | 631 | 23.3 | | |
| 7 | 火 | くろパン | 牛乳 | ソースやきそば フルーツポンチ | ぎゅうにゅう ぶたにく | くろパン ちゅうかめん あぶら カクテルゼリー | キャベツ たまねぎ にんじん みかんシロップづけ パインシロップづけ | 631 | 19.0 | | |
| 8 | 水 | ごはん | 牛乳 | とんじる おさかなハムカツ(ソース) そくせきづけ | ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ ぎょにくハムカツ | ごはん じゃがいも あぶら | ごぼう にんじん ねぎ だいこん こんにやく キャベツ きゅうり もやし きゅうりづけ | 661 | 21.4 | | |
| 9 | 木 | ホットちゅうかめん | 牛乳 | かんとんめん にくまん はるさめサラダ(ドレッシングあえ) | ぎゅうにゅう ぶたにく なると | ホットちゅうかめん あぶら かたくりこ にくまん はるさめ ちゅうかドレッシング | にんにく にんじん たけのこ キャベツ チンゲンサイ コーン きゅうり もやし | 655 | 23.7 | | |
| 10 | 金 | ごはん | 牛乳 | ハヤシチュー ジャーマンポテト | ぎゅうにゅう ぶたにく だっしふんにゅう ベーコン | ごはん あぶら じゃがいも | たまねぎ にんじん キャベツ | 668 | 20.7 | | |
| 13 | 月 | ごはん のりつくだに | 牛乳 | じゃがいものそばろに だいこんサラダ(ドレッシングあえ) | ぎゅうにゅう のりつくだに ぶたにく さつまあげ だいたみート | ごはん じゃがいも あぶら さとう かたくりこ わふうドレッシング | にんじん たまねぎ たけのこ えだまめ キャベツ だいこん ブロッコリー | 603 | 18.9 | | |
| 14 | 火 | ツイストパン | 牛乳 | オニオンスープ チキンナゲット(小:2コ 中:3コ) キャロットサラダ(ホトドレッシング) | ぎゅうにゅう ベーコン チキンナゲット | ツイストパン あぶら ソイドレッシング | たまねぎ にんじん もやし きゅうり コーン | 620 | 21.2 | | |
| 15 | 水 | ごはん | 牛乳 | キャベツのみそしる アジのレモンに きりほしだいこんのいりに | ぎゅうにゅう わかめ アジ とりにく さつまあげ | ごはん あぶら かたくりこ さとう | にんじん キャベツ ねぎ レモン きりほしだいこん | 622 | 24.1 | | |
| 16 | 木 | じごなうどん | 牛乳 | わふうじるうどん ポテトもち やさしいおこんぶあえ | ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ しおこんぶ | じごなうどん さとう ポテトもち あぶら | えのきたけ にんじん ねぎ ほししいたけ こまつな キャベツ もやし | 648 | 22.3 | | |
| 17 | 金 | 世界味めぐり ごはん | 牛乳 | トックのスープ ヤンニョムチキン もやしナムル(ホトドレッシング) | ぎゅうにゅう とりにく | ごはん トック あぶら かたくりこ さとう こま あぶら ナムルドレッシング | にんじん たまねぎ ねぎ にんにく もやし きゅうり こまつな | 667 | 24.1 | | |
| 20 | 月 | ごはん | 牛乳 | マーボ豆腐 ちゅうかサラダ(ドレッシングあえ) | ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ だいたみート | ごはん あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら ちゅうかしおドレッシング | しょうが にんにく ねぎ にんじん たけのこ もやし きゅうり コーン | 581 | 19.8 | | |
| 21 | 火 | しょくパン チョコクリーム | 牛乳 | クリームシチュー コールスローサラダ (ホトドレッシング) | ぎゅうにゅう とりにく なまクリーム だっしふんにゅう | しょくパン チョコクリーム じゃがいも あぶら コールスロードレッシング | たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり ブロッコリー コーン | 645 | 20.8 | | |
| 22 | 水 | ごはん | 牛乳 | ぐだくさんみそしる ぶたどんのぐ | ぎゅうにゅう あぶらあげ ぶたにく | ごはん じゃがいも あぶら さとう | にんじん だいこん しめじ こまつな ねぎ たまねぎ しらたき | 591 | 21.7 | | |
| 23 | 木 | ホットちゅうかめん | 牛乳 | もやしラーメン はるまき あつあげのちゅうかいため | ぎゅうにゅう ぶたにく なると はるまき とりにく あつあげ | ホットちゅうかめん あぶら かたくりこ ごまあぶら さとう | にんじん たけのこ もやし いら ねぎ しめじ こまつな | 647 | 24.6 | | |
| 24 | 金 | むぎごはん | 牛乳 | ポークカレー かいそうサラダ(ドレッシングあえ) | ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ とさかのり こんぶ | むぎごはん じゃがいも あぶら たまねぎドレッシング | にんにく しょうが たまねぎ にんじん りんご サラダこんにやく キャベツ コーン | 632 | 19.7 | | |
| 27 | 月 | すめし | 牛乳 | さつまじる カツオメンチカツ(ソース) かてめしのぐ | ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ カツオメンチカツ とりにく あぶらあげ | すめし さつまいも あぶら さとう | にんじん だいこん ねぎ ごぼう たけのこ こんにやく | 661 | 22.0 | | |
| 28 | 火 | コッペパンスライス | ジョア | パンブキンポターージュ スラッピージョー つぼみサラダ(ノンエッグマヨネーズあえ) | ジョアプレーン ベーコン ぎゅうにゅう なまクリーム だっしふんにゅう ぶたにく だいたみ | コッペパン あぶら さとう パン ノンエッグマヨネーズ | にんじん たまねぎ パセリ かぼちゃ きゅうり コーン ブロッコリー カリフラワー キャベツ | 644 | 24.2 | | |
| 29 | 水 | ごはん | 牛乳 | はるさめスープ しゅうまい(小:2コ 中:3コ) ホイコーロー | ぎゅうにゅう とりにく しゅうまい ぶたにく | ごはん はるさめ ごま ごまあぶら さとう あぶら かたくりこ | ねぎ たけのこ にんじん しょうが にんにく キャベツ ピーマン | 592 | 20.8 | | |
| 30 | 木 | じごなうどん | 牛乳 | にくじるうどん おこのみやき(ソース) やさしいため | ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ とりにく | じごなうどん さとう おこのみやき あぶら | たまねぎ しめじ ねぎ キャベツ にんじん もやし | 633 | 23.8 | | |
| 31 | 金 | ごはん | 牛乳 | じゃがもちじる キムタクどんのぐ | ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ちくわ | ごはん いももち あぶら さとう | ごぼう にんじん だいこん キャベツ ねぎ ほししいたけ しょうが たまねぎ たくあん はくさいキムチ こんにやく | 616 | 22.0 | | |
| ※材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。 | | | | | | | | 実施回数 21回 | 平均栄養素量 | 635 794 | 22.1 26.5 |



など