



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(こんだてめい)		食品名			栄養量	
		のみのもの	主食 おかず(主菜・副菜)	エネルギーの もとになる食品	体をつくる もとになる食品	体のちようしをととのえる もとになる食品	エネルギー kcal	たんぱく質 g
1	金	牛乳	すめし ちらしずしのぐ あまからつくね(中2こ) とうふとかまぼこのすましじる かしわもち	すめし あぶら きびざとう かたくりこ かしわもち	きゅうにゅう とうふ とりにく ちらしかまぼこ あぶらあげ いりたまご しるごまつくね	にんじん だいこん たけのこ ごまつな れんこん ねぎ ほししいたけ さやえんどう	小学校 614 中学校 818	18.0 25.9
7	木	牛乳	カレーうどん(じごなうどん) アスパラとベーコンのソテー かわちぼんかん	じごなうどん あぶら かたくりこ きびざとう	きゅうにゅう ベーコン ぶたにく なると あぶらあげ きゅうにゅう こうやどうふ	たまねぎ ｺｰﾝ かわちぼんかん にんじん ｷﾏﾞｯｼﾞ もやし ねぎ ｱｽﾊﾟﾗ ｺｰﾝ ｺﾏﾂﾅ ねぎ さやいんげん	613	25.2
8	金	牛乳	あじのなんばんづけ きりぼしだいこんのいりに じゃがいものみそじる	あぶら ごまあぶら きびざとう	あぶら ぶたにく みそ あぶらあげ	きりぼしだいこん たまねぎ にんじん ごまつな ほししいたけ	623	23.0
11	月	牛乳	ごぼん おろしやきにく さわにわん レモンカスタードタルト(小) はらじゅくドッグ(チーズ)(中)	ごぼん はらじゅくドッグ あぶら レモンカスタードタルト きびざとう	きゅうにゅう ぶたにく いとかまぼこ	にんにく ビーマン しょうが だいこん ねぎ たまねぎ りんご えのき にんじん ごぼう しらたき ほししいたけ ｺﾏﾂﾅ	666	24.3
12	火	牛乳	えびカツバーガー(こどもパンスライス) スライスチーズ(中) えびカツ サンドようサラダ(クラストレンジング) コーンチャウダー	こどもパンスライス あぶら こむぎこ サウザンアイランドレンジング じゃがいも バター	きゅうにゅう スキムミルク スライスチーズ えびカツ シュレッドチーズ ベーコン なまクリーム	キャベツ コーンペースト にんじん パセリ きゅうり コーン	629	24.3
13	水	牛乳	ごぼん しろみざかなのチリソース ちゅうかふうにくじゃが あさづけ	ごぼん かたくりこ あぶら じゃがいも きびざとう ごまあぶら	きゅうにゅう たらでんぶんつき ぶたにく	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ しょうが きゅうり にんにく	616	23.5
14	木	牛乳	たんたんめん(ホットちゅうかめん) ポテトもち ちゅうかきゅうり	ホットちゅうかめん ねりこま ごまあぶら ポテトもち きびざとう かたくりこ ちゅうかドレンジング	きゅうにゅう ぶたにく みそ	にんにく もやし しょうが ねぎ たけのこ にんじん チンゲンサイ きゅうり	684	24.3
15	金	牛乳	ごぼん とりめしのぐ かつおのおろしソース(小1・中2) キャベツのみそじる	ごぼん あぶら きびざとう	きゅうにゅう とうふ とりにく わかめ かつおたつたあげ みそ あぶらあげ	にんにく キャベツ ごぼう ねぎ だいこん	593	26.6
18	月	牛乳	ごぼん ガパオライスのぐ クイツィオのスープ フルーツあんじん	ごぼん クイツィオ ごまあぶら きびざとう かたくりこ あんじんどうふ	きゅうにゅう ぶたにく とりにく	にんにく ｼﾞｰﾓ しょうが みずな にんじん あかﾋｰﾓﾝ もやし たまねぎ たけのこ ねぎ ﾊｲﾝ みかん ミｯｸｽﾌﾙｰﾂ (黄桃・白桃・りんご・ラフランス)	603	23.4
19	火	牛乳	くらパン トンノスパゲティ(こなチーズ) やきウインナー イタリアンサラダ(クラストレンジング)(クルトン)	くらパン イタリアンドレンジング スパゲティ クルトン オリブオイル きびざとう	きゅうにゅう ウインナー ベーコン ツナフレーク こなチーズ	にんにく ビーマン きゅうり たまねぎ あかピーマン にんじん トマト パセリ マッシュルーム キャベツ	661	25.8
20	水	牛乳	ごぼん さばカレーたつた つきこんにやくのもの わかたけじる	ごぼん あぶら きびざとう ごまあぶら	きゅうにゅう とうふ さばカレーたつた ぶたにく いとかまぼこ わかめ	にんじん プレッシュたけのこ たまねぎ えのき こんにやく ねぎ ピーマン	628	25.1
21	木	牛乳	さんざいうどん(じごなうどん) ささかまのせんちゃあげ ナムル(ドレンジングあえ)	じごなうどん こむぎこ あぶら きびざとう かんこくナムルドレンジング	きゅうにゅう こんが ぶたにく ささかまぼこ あぶらあげ かまぼこ	にんじん ほししいたけ だいこん もやし ｺﾏﾂﾅ ねぎ きゅうり さんさいﾐｯｸｽ (わらび・みずな・えのき・きんぎょ・山うど・なめこ・たけのこ)	615	25.4
22	金	牛乳	ごぼん チャーハンのぐ ユーリンチー(小1・中2) ちゅうかスープ	ごぼん きびざとう あぶら はるさめ ごまあぶら かたくりこ	きゅうにゅう ハム やぎがた とりにく いりたまご なると	ねぎ しょうが にんじん にんにく たまねぎ たけのこ ピーマン キャベツ	606	21.5
25	月	牛乳	ごぼん いかのスティックたつた(小1・中2) マーボーどうふ だいこんのアチャラづけ	ごぼん ごまあぶら あぶら きびざとう かたくりこ	きゅうにゅう みそ ぶたにく とうふ いかスティックたつた	しょうが たけのこ だいこん にんにく ねぎ きゅうり にんじん いら たまねぎ ほししいたけ	606	24.1
26	火	牛乳	しるみざかなのフリッター(小1・中2) マカロニのクリームに カラフルサラダ(ドレンジングあえ)	あぶら こむぎこ バター かんきつドレンジング	きゅうにゅう スキムミルク しるみざかなフリッター とりにく シュレッドチーズ なまクリーム	たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり マッシュルーム コーン パセリ あかピーマン	646	24.5
27	水	牛乳	ごぼん とりのてりやき くわわかめのきんぴら かきたまじる	ごぼん かたくりこ きびざとう ごまあぶら ごま	きゅうにゅう とうふ とりにく たまご ぶたにく くわわかめ	れんこん たまねぎ にんじん こんにやく ごまつな	621	26.7
28	木	牛乳	もやしラーメン(ホットちゅうかめん) フライドポテト メロン	ホットちゅうかめん あぶら カットポテト ごまあぶら きびざとう	きゅうにゅう ぶたにく なると	ｷﾏﾞｯｼﾞ ねぎ ｺｰﾝ いら しょうが もやし たけのこ にんじん にんにく ｷﾞﾓﾝ	597	22.8
29	金	のむ ヨーグルト	チキンカレー(むぎごぼん) かいそうサラダ(ドレンジングあえ)	むぎごぼん あぶら じゃがいも たまねぎドレンジング	ｷｷﾝｶﾚ とうふ ｷｷﾝｶﾚ ｼﾞﾙﾃｯﾄﾞ ﾁｰｽﾞ のむｺﾞｸﾙﾄ ぶたにく ﾁｰｼﾞ かいそうﾐｯｸｽ	にんにく りんご ｺｰﾝ ｷﾏﾞｯｼﾞ しょうが ﾗｸﾀﾞ こんにやく たまねぎ にんじん きゅうり	657	19.1

【 実施回数18回 】

今月の嵐山町産
農産物



※材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。

※着は毎日持っていきましょう。

※給食の魚は骨取りではないので、気を付けて食べましょう。