

令和6年5月分 給食予定献立表



神河町学校給食センター (TEL 0790-32-0257)

日	曜日	献立名	使用材料名			栄養価 ()内は中学生	
			血や肉や骨になるもの (あか)	力や熱になるもの (きいろ)	体の調子を整えるもの (みどり)	エネルギー Kcal	たん白質 g
1	水	くろざとうパン ギョウにゅう ぶたにくのケチャップいため はるやさいのスープ じゃがいもとアスパラガスのソテー	ギョウにゅう ぶたにく ベーコン とりにく	パン でんぶん あぶら じゃがいも くろざとう	たまねぎ にんじん マッシュルーム アスパラガス きゃべつ セロリー	652 (804)	27.5 (33.3)
2	木	ごはん ギョウにゅう ひらつくね きんぴらごぼう わかたけじる こどものひぜりー ふりかけ	ギョウにゅう ギョウにく とうふ かまぼこ とりにく わかめ	ごはん さとう でんぶん ごま あぶら ゼリー	きゃべつ ごぼう にんじん こんにやく えだまめ たけのこ あおねぎ しょうが	639 (750)	25.0 (28.9)
7	火	ごはん ギョウにゅう とりにくのレモンずき こうやどうふのもの しんたまねぎのみそしる	ギョウにゅう とりにく こうやどうふ スキムミルク みそ ちくわ たまご あぶらあげ とうふ わかめ	ごはん こむぎこ さとう	にんじん たまねぎ レモン しいたけこんにやく えだまめ あおねぎ	658 (780)	30.1 (35.6)
8	水	パン ギョウにゅう さけのマヨネーズやき ミネストローネ キャベツとツナのあまづソテー	ギョウにゅう さけ ベーコン ツナ	パン マヨネーズ ごま さとう ごまあぶら じゃがいも マカロニ	きゃべつ にんじん レモン たまねぎ マッシュルーム トマト セロリー にんにく	633 (758)	29.7 (33.7)
9	木	たけのこいりたきこみごはん のむヨーグルト コロッケ わふうサラダ ドレッシング えのきのすましじる	のむヨーグルト とりにく ぶたにく あぶらあげ ちくわ とうふ かまぼこ わかめ こんぶ	ごはん あぶら じゃがいも こむぎこ パンこ でんぶん ごまドレッシング	にんじん しいたけこんにやく ごぼう たけのこ きゃべつ きゅうり あおねぎ えのきだけ	649 (771)	20.5 (24.6)
10	金	ごはん ギョウにゅう ぶたにくとやさいのいために やきししゃも ささみときゃべつのいためのもの	ギョウにゅう ぶたにく やきどうふ ひらてん ししゃも とりささみ	ごはん じゃがいも さとう あぶら	たまねぎ にんじんこんにやく もやし きゃべつ ゆず	651 (763)	29.8 (33.8)
13	月	ミルクパン(小5・6年生中) ギョウにゅう にくうどん スクランブルエッグ やきプリンタルト	ギョウにゅう ギョウにく かまぼこ あぶらあげ たまご ソーセージ	うどん さとう あぶら やきプリンタルト (ミルクパン)	にんじん しいたけ あおねぎ こまつな	633 (839)	27.3 (32.4)
14	火	ごはん ギョウにゅう いわしのうめに ひじきのもの けんちんじる	ギョウにゅう いわし ひじき ぶたにく とりにく あぶらあげ とうふ	ごはん あぶら さとう	にんじんこんにやく えだまめ ごぼう だいこん しいたけ あおねぎ うめ	653 (765)	26.7 (30.5)
15	水	こめこパン ギョウにゅう てりやきハンバーグ やさいいため フルーツパンチ	ギョウにゅう ハンバーグ ぶたにく	こめこパン さとう あぶら でんぶん ゼリー ナタデココ サイダー	もやし きゃべつ にんじん パナナ りんご みかん おうとう パイナップル	658 (784)	21.3 (24.4)
16	木	ごはん ギョウにゅう さばのごまだれかけ ちくぜんに じゃがいものみそしる	ギョウにゅう さば とりにく ちくわ わかめ あぶらあげ みそ	ごはん さとう ごま でんぶん ごまあぶら あぶら じゃがいも	ごぼう れんこん たけのこ にんじん こんにやく しいたけ えだまめ たまねぎ えのきだけ あおねぎ	635 (756)	27.6 (32.5)
17	金	チキンカレー ギョウにゅう オムレツ イタリアンサラダ ドレッシング	ギョウにゅう とりにく スキムミルク こなチーズ たまご	むぎごはん じゃがいも あぶら ドレッシング でんぶん オリーブゆ	にんじん たまねぎ にんにく きゃべつ トマト きゅうり とうもろこし	663 (798)	23.2 (27.2)
20	月	パン ギョウにゅう チーズはんぺんフライ まめのスープ はるきゃべつのピーナッツあえ	ギョウにゅう いんげんまめ ぎょにくすりみ らんぱく チーズ ウィナー だいず	パン ピーナッツ あぶら じゃがいも さとう パンこ でんぶん	ほうれんそう にんじん きゃべつ たまねぎ セロリー	634 (747)	22.9 (26.4)
21	火	ごはん ギョウにゅう はっぼうさい ショーロンポー あおのりポテト とつとチーズ(中)	ギョウにゅう ぶたにく あおのり (チーズ・かたくちいわし)	ごはん さとう ごまあぶら こむぎこ でんぶん じゃがいも はるさめ あぶら (アーモンド・ごま)	たまねぎ にんじん はくさい しいたけ きゃべつ もやし たけのこ しょうが	645 (766)	21.3 (25.8)
22	水	パン ギョウにゅう ホキのレモンふうみ やさいのチャンプル オニオンスープ みかんジャム	ギョウにゅう ホキ とうふ ツナ たまご ベーコン	パン でんぶん さとう あぶら みかんジャム	にんじん レモン きゃべつ もやし たまねぎ とうもろこし マッシュルーム	646 (791)	27.3 (33.3)
23	木	わかめごはん ギョウにゅう とりにくのしおすみびやきふう きりぼしだいこんのものもちむぎそうめんじる	ギョウにゅう わかめ とりにく あぶらあげ ひらてん かまぼこ	ごはん さとう あぶら もちむぎめん	きりぼしだいこん にんじん しいたけ エリンギ あおねぎ	642 (762)	29.4 (34.3)
24	金	ぶたどん ギョウにゅう おかひじきのおひたし とうふのみそしる カットパン	ギョウにゅう ぶたにく かつおぶし とうふ あぶらあげ わかめ みそ	ごはん さとう あぶら	たまねぎ にんじんこんにやく あおねぎ おかひじき もやし しめじ パイナップル	634 (753)	27.9 (32.7)
27	月	げんりょうパン ギョウにゅう フランクフルトのてっぱんやき クリームシチュー ごぼうのマヨネーズソテー	ギョウにゅう ツナ フランクフルト とりにく	パン さとう ごま あぶら マヨネーズ じゃがいも マーガリン こむぎこ	ごぼう にんじん きゃべつ たまねぎ	677 (820)	29.3 (33.5)
28	火	ごはん ギョウにゅう しんじゃがいもとぎョウにくのもの あじのゆうあんやき ほうれんそうともやしのあえもの	ギョウにゅう ギョウにく ちくわ あじ かつおぶし	ごはん じゃがいも さとう あぶら でんぶん	たまねぎ にんじん えだまめ こんにやく ゆず ほうれんそう もやし	639 (764)	31.3 (37.5)
29	水	バターロール(小4～6年生中) ギョウにゅう やきそば ささみカツ ポイルきゃべつ いちごとみかんのにしよゼリー	ギョウにゅう ぶたにく ちくわ あおのり とりささみ	バターロール やきそばめん あぶら じゃがいも こめこ でんぶん さとう ゼリー	にんじん きゃべつ たまねぎ もやし あおねぎ	644 (746)	25.5 (30.8)
30	木	ごはん ギョウにゅう さわらのありまやき くきわかめのものに ごもくじる ヨーグルト(中)	ギョウにゅう さわら くきわかめ あぶらあげ とりにく とうふ スキムミルク みそ (ヨーグルト)	ごはん さとう でんぶん	にんじん しいたけ たけのこ ごぼう だいこん しめじ あおねぎ	635 (773)	32.2 (37.8)
31	金	ごはん ギョウにゅう ぶたにくのカリンあげ きゅうりのとさあえ かきたまじる	ギョウにゅう ぶたにく かつおぶし たまご かまぼこ とうふ	ごはん でんぶん さとう ごま あぶら	しょうが にんじん きゅうり えのきだけ あおねぎ	665 (790)	26.0 (30.2)
今月の平均						647 (775)	26.8 (31.4)

☆ 給食用牛乳の容器変更について ☆

環境に配慮した取組の一環として、プラスチックストローを使用せずに
飲用可能な「ストローレス容器」へ変更しました。
子どもたちの実情に合わせて、ストローレスに
取り組んでまいります。また、飲み慣れるまで当面の間
引き続きストローの提供もいたします。
プラスチックごみの削減及び児童生徒の環境意識の
向上を図るため、ご理解をたまわりますようお願いいたします。



☆ 今月の献立より ☆

2日(木)…こどもの日献立
少し早いですが、こどもの日にちなんで「たけのこ」を
使った汁物と「こどもの日ゼリー」をつけています。
16日(木)…食育の日献立
今月のテーマは「まごわやさしい」献立です。

