



給食献立表 5月



給食回数 (20回)

令和6年度

日	曜	こ ん だ て		おもなざいりょう			調 味 料
				(赤) 血や肉になる	(黄) 熱や力になる	(緑) からだの調子を整える	
1	水	黒糖パン じゃがいもグラタン風 コーンキャベツ 麦のスープ	遠足 1・2年生	牛乳 鶏肉 豆乳 ベーコン 豚肉	黒糖パン じゃがいも 油 パン粉 おし麦	たまねぎ にんじん グリーンピース ホールコーン キャベツ 小松菜 えのきたけ	シチュールウ コンソメ こしょう 塩 しょうゆ 酒
2	木	ごはん あじの磯香フライ ひじきとピーマンの炒め煮 じゃがいものみそ汁		牛乳 あじの磯香フライ ひじき 平天 高野豆腐 豆腐 油揚げ 麦みそ	ごはん 油 しらたき ごま じゃがいも さとう	ピーマン にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ	しょうゆ 酒 だしiriこ
7	火	ごはん 炒り豆腐 野菜の甘酢和え フチ鯛焼き		牛乳 豆腐 卵 鶏肉	ごはん じゃがいも ごま油 さとう	たまねぎ にんじん しいたけ グリンピース もやし きゅうり 小松菜	酒 しょうゆ 塩 酢
8	水	パン ハンバーグのトマトソース煮 ゆでキャベツ コーンスープ		牛乳 ハンバーグ ベーコン	パン さとう クリームコーン じゃがいも	キャベツ きゅうり ホールコーン たまねぎ にんじん しめじ するりん白花(しろはな) パセリ	トマトケチャップ ウスターソース 赤ワイン 塩 コンソメ こしょう しょうゆ
9	木	ごはん いわしのみぞれ煮 スナップエンドウの さっと炒め 飛鳥(あすか)汁	遠足 3年生	牛乳 いわしのみぞれ煮 ベーコン 鶏肉 豆腐 豆乳 麦みそ	ごはん 油	スナップエンドウ キャベツ ホールコーン たまねぎ ごぼう にんじん えのきたけ ねぎ	塩 こしょう だしかつお
10	金	ごはん 肉みそ にんじんしりしり もずくスープ		牛乳 豚肉 大豆 赤みそ マグロフレーク 鶏肉 もずく 豆腐	ごはん さとう ごま ごま油	にんじん ホールコーン たまねぎ えのきたけ 小松菜	おろしにんにく 酒 みりん 中華スープ だしかつお しょうゆ 塩
13	月	パン マーシャルピンズ 鶏肉のマーマレード煮 海そうサラダ ABCスープ		牛乳 鶏肉 海そうサラダ ベーコン 白インゲン豆	パン マーシャルピンズ オレンジマーマレード 油 さとう アルファベットマカロニ じゃがいも	もやし きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ パセリ	しょうゆ 白ワイン 酢 塩 こしょう コンソメ
14	火	豚玉どんぶり おかかごま酢和え オレンジ		牛乳 豚肉 卵 お魚パスタ かつお節	ごはん しらたき さとう でんぶん ごま	たまねぎ ごぼう にんじん ねぎ しいたけ もやし ほうれん草 切干大根 オレンジ	だしかつお しょうゆ 酒 みりん 酢
15	水	小パン スパゲティナポリタン そら豆入りスープ 豆乳パンナコッタ		牛乳 いか ベーコン	パン スパゲティ 油 さとう 豆乳パンナコッタ	たまねぎ にんじん しめじ タイストマト パセリ 空豆 キャベツ ホールコーン	おろしにんにく トマトケチャップ コンソメ 白ワイン しょうゆ 塩 こしょう 酢
16	木	ごはん さばの竜田揚げ 切り干し大根のかみかみ和え みそ汁		牛乳 さばの竜田揚げ 大豆 豆腐 油揚げ 麦みそ	ごはん さとう じゃがいも	切干大根 キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ しめじ 小松菜	酢 しょうゆ 塩 だしiriこ
17	金	ミートボールカレー ひじき入りサラダ ヨーグルト		牛乳 ミートボール ひじき マグロフレーク ヨーグルト	ごはん じゃがいも 油 さとう	たまねぎ にんじん 枝豆 キャベツ きゅうり	カレー粉 おろしにんにく おろししょうが カレールウ ウスターソース トマトケチャップ 酢 しょうゆ 塩 こしょう
20	月	小パン レーズンクリーム 蒸し餃子 ちゃんぽん もやしの中華和え		牛乳 蒸し餃子 豚肉 いか かまぼこ ツナフレーク	パン レーズンクリーム 中華めん ごま ごま油 さとう	キャベツ たけのこ にんじん チンゲンサイ もやし きゅうり	中華スープ しょうゆ 塩 こしょう 酢
21	火	ごはん いわしの梅煮 春野菜ののり酢和え じゃがいものそぼろ煮		牛乳 いわしの梅煮 お魚パスタ のり 豚肉 生揚げ	ごはん さとう じゃがいも しらたき 油	キャベツ アスパラガス もやし にんじん たまねぎ サヤインゲン	酢 しょうゆ 塩 酒 みりん
22	水	パン ドライカレー レタススープ ミニゼリー(りんご)		牛乳 大豆 ひよこ豆 白インゲン 牛肉 豚肉 ベーコン	パン さとう ミニゼリー(りんご)	たまねぎ にんじん ピーマン トマトピューレ レタス もやし	おろしにんにく 赤ワイン カレールウ コンソメ ピーマン トマトピューレ ウスターソース しょうゆ 塩 こしょう
23	木	ごはん かつおとじゃがいもの甘辛からめ キャベツのごま酢和え 豆腐汁		牛乳 かつおの角切り ソフトチキン 豆腐	ごはん じゃがいも 油 さとう ごま	キャベツ きゅうり もやし にんじん たまねぎ たけのこ 小松菜 えのきたけ	おろししょうが しょうゆ 酒 酢 だしかつお だし昆布 塩
24	金	ふわふわ丼 豚ひじき ミニゼリー(ぶどう)		牛乳 鶏肉 卵 豆腐 かまぼこ 焼きふ 豚肉 ひじき 赤みそ	ごはん さとう でんぶん ごま ごま油 ミニゼリー(ぶどう)	たまねぎ にんじん ねぎ 白ねぎ	だしかつお みりん 酒 しょうゆ おろししょうが おろしにんにく オイスターソース
28	火	ごはん シューマイ パンサンスー 麻婆ジャガイモ		牛乳 シューマイ 豚肉 豆腐 赤みそ	ごはん はるさめ ごま ごま油 さとう じゃがいも でんぶん	もやし きゅうり にんじん たまねぎ ねぎ	酢 しょうゆ 酒 おろししょうが おろしにんにく 中華スープ トウバンジャン
29	水	パン 黒豆きなこクリーム アーモンドサラダ コンソメスープ煮		牛乳 ミートボール	パン 黒豆きなこクリーム アーモンド 油 さとう じゃがいも	キャベツ きゅうり にんじん ホールコーン たまねぎ 小松菜 セロリ	酢 しょうゆ こしょう コンソメ
30	木	ごはん うどん汁 きゅうりの酢の物 わかめふりかけ		牛乳 鶏肉 油揚げ かまぼこ しらす干し わかめふりかけ	ごはん うどん さとう	しいたけ にんじん ねぎ きゅうり キャベツ	しょうゆ 酒 だしかつお 酢
31	金	ごはん 新じゃがのうま煮 塩昆布和え ミニゼリー(もも)		牛乳 鶏肉 ちくわ 生揚げ マグロフレーク 塩昆布	ごはん じゃがいも こんにゃく 油 さとう ミニゼリー(もも)	たまねぎ にんじん サヤインゲン キャベツ きゅうり	しょうゆ みりん