

日	曜日	献 立 名			食 品 の 種 類			エネルギー [kcal]	蛋白質 [g]	予定 地場産物
					血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群			
1	火	フラワーロール	牛乳	豆乳スープ、イタリアンサラダ（ドレッシング） チキン香草焼き	牛乳、とり肉、ベーコン、あさり 豆乳	フラワーロール、オリーブ油 パン粉、油、じゃがいも、ドレッシング	にんにく、ブロッコリー、キャベツ、コーン にんじん、たまねぎ、えのきたけ、パセリ	600	23.8	たまねぎ
2	水	ソイ丼 ごはん	牛乳	かきたま汁、ソイ丼の具 スティック野菜（ドレッシング）	牛乳、ベーコン、ぶた肉、大豆 なると、卵	ごはん、油、砂糖、でん粉	にら、だいこん、きゅうり、にんじん、たまねぎ こまつな	616	25.3	こめ きゅうり たまねぎ
7	月	ごはん	牛乳	中華スープ、野菜とジャコの炒り煮 韓国風とり肉の照り焼き	牛乳、とり肉、ちりめんじゃこ ベーコン、わかめ	ごはん、砂糖、ごま、ごま油、油 春雨	ねぎ、にんにく、しょうが、にんじん、キャベツ コーン、こまつな、たまねぎ、きくらげ	583	23.3	こめ たまねぎ ねぎ
8	火	黒パン	牛乳	ソース焼きそば、チーズサラダ（ドレッシング） 焼きウィンナー	牛乳、ぶた肉、青のり、さくらえび ウィンナー、チーズ	黒パン、油、中華めん ドレッシング	たまねぎ、にんじん、キャベツ、もやし ブロッコリー、きゅうり、コーン	611	23.9	たまねぎ
9	水	わかめごはん	牛乳	みそ汁、ほうれん草とコーンのソテー かつおの香り揚げ	牛乳、鯉（かつお）、ベーコン 油揚げ、みそ	わかめごはん、でん粉、油	しょうが、コーン、キャベツ、ほうれんそう にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな	612	26.1	こめ ねぎ
10	木	中華めん	牛乳	ごまみそラーメン、海そうサラダ（ドレッシング） 春巻き	牛乳、ぶた肉、みそ、春巻き 海そう	中華めん、油、ごま、ごま油	しょうが、にんにく、にんじん、たまねぎ きくらげ、もやし、ねぎ、しなちく、にら、コーン キャベツ、きゅうり	629	22.6	たまねぎ きゅうり ねぎ
11	金	ごはん	牛乳	肉じゃが、温野菜（ドレッシング） アジフリッター②、えごまふりかけ	牛乳、ぶた肉、さつまあげ 鰯（あじ）フリッター	ごはん、じゃがいも、油 こんにやく、砂糖、ドレッシング	にんじん、たまねぎ、さやいんげん、きゅうり ブロッコリー	644	23.5	こめ たまねぎ きゅうり
14	月	ごはん	牛乳	沢煮わん、大豆の磯煮 和風ハンバーグ	牛乳、ぶた肉、ハンバーグ、大豆 ひじき、油揚げ、さつまあげ	ごはん、でん粉、油、砂糖、 こんにやく	ごぼう、にんじん、たけのこ、ほししいたけ、ねぎ たまねぎ、しめじ、さやいんげん	654	26.6	こめ ねぎ たまねぎ
15	火	コッペパン スライス	牛乳	花豆のポタージュ、花野菜のサラダ（ドレッシング） スラッピージョー、みかんゼリー	牛乳、白花豆、クリーム、チーズ ぶた肉	コッペパンスライス、小麦粉 油、じゃがいも、みかんゼリー ドレッシング	たまねぎ、にんじん、パセリ、しょうが、にんにく トマト、ブロッコリー、カリフラワー	657	24.7	たまねぎ
16	水	かつ丼 ごはん	牛乳	あさりのみそ汁、たくあんサラダ（ドレッシング） チキンカツ	牛乳、あさり、とうふ、みそ とり肉	ごはん、小麦粉、パン粉、油、砂糖 でん粉、ドレッシング	ねぎ、こまつな、たくあん、コーン、キャベツ にんじん	639	27.1	こめ ねぎ
17	木	地粉うどん	牛乳	カレーうどん、ちくわのせん茶揚げ(1・2・2) 温野菜（ドレッシング）、キャンディーチーズ(1・2・2)	牛乳、ぶた肉、なると、ちくわ チーズ	地粉うどん、油、小麦粉 でん粉、ドレッシング	にんじん、たまねぎ、ねぎこまつな、せんちゃ ブロッコリー、キャベツ、コーン	656	25.5	たまねぎ ねぎ
18	金	ごはん	牛乳	マーボー豆腐、きゅうりのピリッと漬け ワカサギフリッター②	牛乳、ぶた肉、みそ、とうふ 公魚（わかさぎ）フリッター	ごはん、油、砂糖、でん粉 ごま	にんじん、たまねぎ、ねぎ、ほししいたけ、にら たけのこ、にんにく、しょうが	655	24.4	こめ たまねぎ ねぎ
21	月	ごはん	牛乳	みそ汁、キャベツのサラダ（ドレッシング） 豚肉とレバーのごまだれ	牛乳、とうふ、みそ、ぶた肉 レバー	ごはん、じゃがいも、でん粉 油、砂糖、ごま	にんじん、ねぎ、こまつな、しょうが、キャベツ にんじん、きゅうり	640	26.0	こめ ねぎ きゅうり
22	火	まっちゃん入 きなこ 揚げパン	牛乳	ワンタンスープ、バリバリサラダ（ドレッシング） ヨーグルト	牛乳、きな粉、ぶた肉、油揚げ ヨーグルト	コッペパン、油、ワンタン ドレッシング	にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、ねぎ きくらげ、だいこん、キャベツ、きゅうり、まっちゃん	652	24.0	たまねぎ ねぎ きゅうり
23	水	ごはん	牛乳	吉野汁、切り干し大根の炒り煮 さわらのみそマヨネーズ焼き	牛乳、かまぼこ、とうふ、あさり ちくわ、油あげ、鰯（さわら） みそ	ごはん、でん粉、油、砂糖 マヨネーズ	にんじん、ねぎ、こまつな、だいこん きりぼしだいこん、さやいんげん	597	24.4	こめ ねぎ
24	木	中華めん	牛乳	サンマーメン、野菜ソテー 揚げぎょうざ(1・2・2)	牛乳、ぶた肉、なると、ベーコン ぎょうざ	中華めん、油、でんぷん ごま油	しょうが、にんじん、たけのこ、キャベツ、もやし ねぎ、コーン、キャベツ、こまつな	604	22.5	ねぎ
25	金	ごはん	牛乳	チキンカレー、大豆のカリカリ揚げ グリーンサラダ（ドレッシング）	牛乳、とり肉、チーズ、だいず	ごはん、じゃがいも、油 でん粉、砂糖、ドレッシング	にんじん、たまねぎ、にんにく、しょうが、トマト ブロッコリー、キャベツ、きゅうり	670	22.7	こめ たまねぎ きゅうり
29	火	はちみつ パン	牛乳	ミネストローネ、レバー入りメンチカツ（ソース） キャベツときゅうりのサラダ（ドレッシング）	牛乳、ベーコン、あさり レバー入りメンチカツ	はちみつパン、じゃがいも、油 オリーブ油、マカロニ、ドレッシング	にんにく、セロリー、にんじん、たまねぎ、トマト パセリ、キャベツ、きゅうり	648	23.1	たまねぎ きゅうり
30	水	ごはん	牛乳	野菜わん、青菜のソテー さばのソース焼き	牛乳、生揚げ、みそ、ベーコン 鯖（さば）	ごはん、じゃがいも、こんにやく 油、砂糖、ごま	ごぼう、にんじん、だいこん、ねぎ、コーン キャベツ、こまつな、チンゲンサイ、しょうが	603	24.9	こめ ねぎ
31	木	地粉うどん	牛乳	肉うどん、三色サラダ（ドレッシング） 大豆とポテトの揚げ煮	牛乳、ぶた肉、なると、油揚げ 大豆	地粉うどん、でんぷん、油 フレンチフライポテト、砂糖	キャベツ、コーン、ブロッコリー、しょうが にんじん、たまねぎ、ねぎ、にら、こまつな、パセリ	637	23.7	ねぎ たまねぎ
今月の地場産物		こめ	きゅうり	たまねぎ	ねぎ	※材料入荷等の都合により、献立を変更することがあります。 ご了承ください。 ※給食に関係する行事については、学校のおたよりで確認して ください。				

献立紹介



季節の献立

9日



〈かつおの香り揚げ〉

「勝つ男(かつお)」として、
困難に打ち勝つ男であって
ほしいとの願いがこめられて
います。



「端午の節句」

5月5日は「端午の節句」です。男の子の健やかな成長と立身出世を願う行事です。鯉のぼりを立てたり、かぶとやよろいなどを飾り、かしわもちやちまきを食べてお祝いします。

2日「八十八夜」

〈お茶〉
「立春」(2月4日頃)を1日目として数え、88日目にあたる日が「八十八夜」で、今年は5月2日です。末広がりの「八」が重なることから、この日に摘んだお茶はとても縁起がよいとされ、この日の新茶を飲むと、長生きするといわれています。給食ではお茶を使った献立として、17日「ちくわのせん茶揚げ」、22日「抹茶入りきな粉揚げパン」が登場します。