

# 令和4年度 5月 学校給食献立表

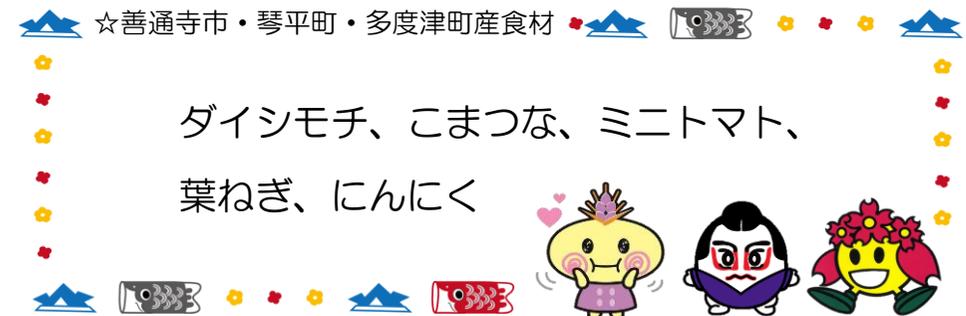
日(曜)	牛乳	主食	献立名	食品名			kcal
				おもにエネルギーのもとになる食品(黄)	おもに体をつくるもとになる食品(赤)	おもに体の調子を整えるもとになる食品(緑)	
2(月)	☑	ごはん(委託)	ちくわの新茶揚げ きゅうりとわかめの酢の物 大師汁 甘夏みかん	米	ちくわ	にんじん	462
				小麦粉 米粉	豆腐	きゅうり	611
				油	大豆	キャベツ	762
6(金)	☑	黒糖パン	白いんげん豆と マカロニのクリーム煮 ひじきとアスパラガスのマリネ いりごとナッツの オリーブオイルがらめ	パン 黒糖	鶏肉	にんじん	443
				マカロニ	白いんげん豆	たまねぎ	608
				油 オリーブ油	豆乳	エリンギ	750
9(月)	☑	ごはん(委託)	さわらの幽庵焼き たけのこのきんぴら 豆腐のみそ汁 かしわもち(小・中) こどもの日プリン(幼のみ)	米	さわら	にんじん	481
				砂糖	油揚げ	しょうが	649
				ごま油	てんぷら	たけのこ	775
10(火)	☑	えんどう	豚肉のしょうが焼き 小松菜のごま酢あえ 若竹汁 紫いもチップス(小・中)	米	豚肉	ごま油	430
				砂糖	なると	しょうが	605
				ごま	豆腐	キャベツ	706
11(水)	☑	レーズンパン	鶏肉と大豆のトマト煮 アスパラガスのサラダ 小夏	パン	鶏肉	にんじん	423
				じゃがいも	大豆	にんにく	581
				油 ドレッシング	トマト	たまねぎ	710
12(木)	☑	山菜うどん	かぼちゃの鹿の子揚げ 切り干し大根のサラダ	うどん	油揚げ	にんじん	493
				砂糖	豚肉	葉ねぎ	611
				パン粉	ちくわ	かぼちゃ	721
13(金)	☑	ツナサンド	バーベキューチキン グリーンポターージュ マヨネーズタイプドレッシング	パン 全粒粉	まぐろ水煮	にんじん	484
				砂糖	鶏肉	キャベツ	638
				油 ドレッシング	ベーコン	にんにく	775
16(月)	☑	ごはん(委託)	すずきのねぎソースかけ キャベツと昆布のあえもの かきたま汁	米	すずき	しょうが	474
				でんぷん	豆腐	きゅうり	606
				砂糖	なると	キャベツ	768
17(火)	☑	ガーリックライス	豆腐ハンバーグ ミニトマト 春野菜のポトフ いちごクレープ	米	豆腐	にんじん	509
				じゃがいも	ハンバーグ	たまねぎ	639
				油 オリーブ油	ウィンナー	キャベツ	701
18(水)	☑	ごはん(委託)	グリーンピースのかき揚げ 野菜のアーモンドあえ ふしめん汁	米	油揚げ	にんじん	449
				じゃがいも	なると	たまねぎ	583
				小麦粉 米粉	みそ	キャベツ	730
19(木)	☑	ナン	ポークカレー ひじきとごぼうのサラダ キウイフルーツ	ナン	豚肉	にんじん	461
				じゃがいも	豚レバー	えだまめ	599
				油 ごま油	ちくわ	にんにく	728
20(金)	☑	米粉パン	さけのチーズ焼き スナックえんどうのソテー ABCスープ バナナチップス(小・中)	パン 米粉	さけ	キャベツ	410
				じゃがいも	ベーコン	えんどう	604
				油 オリーブ油	にんじん	たまねぎ	725
23(月)	☑	ごはん(委託)	厚揚げのしょうがだれかけ 焼きビーフン うすら卵ともずくのスープ	米	厚揚げ	にんじん	476
				砂糖	うすら卵	きくらげ	631
				ごま油	ベーコン	キャベツ	805
24(火)	☑	とりそぼろ	そら豆の甘煮 たまねぎのみそ汁	米	鶏肉	葉ねぎ	463
				小麦粉	高野豆腐	しょうが	608
				砂糖	油揚げ	そらまめ	705

日(曜)	牛乳	主食	献立名	食品名			kcal
				おもにエネルギーのもとになる食品(黄)	おもに体をつくるもとになる食品(赤)	おもに体の調子を整えるもとになる食品(緑)	
25(水)	☑	ミルクパン	パペロンチーノ 海藻サラダ 抹茶ピーズ(小・中)	パン	まぐろ水煮	牛乳	407
				スパゲッティ	ベーコン	ちりめんじゃこ	616
				砂糖	ちくわ	わかめ	746
26(木)	☑	麦ごはん	じゃがいものうま煮 キャベツのみそ炒め ごま味いりこ	米	豚肉	にんじん	461
				小麦	油揚げ	さやえんどう	603
				油 ごま油	みそ	ピーマン	701
27(金)	☑	ダイシモチパン	鶏肉のから揚げ 元氣サラダ ダイシモチ入りミネストローネ 青りんごゼリー	パン	鶏肉	にんじん	490
				ダイシモチ粉	ハム	ごま油	663
				でんぷん	かつお節	ベーコン	808
30(月)	☑	ごはん(委託)	焼き豆腐の中華煮 春雨サラダ 美生柑 煮干し	米	焼き豆腐	にんじん	456
				砂糖	豚肉	葉ねぎ	588
				ごま油	煮干し	ごま油	731
31(火)	☑	ダイシモチ	ねぶとの和風あんかけ 野菜のゆず香あえ すいとん汁	米	油揚げ	にんじん	464
				ダイシモチ	ねぶと	葉ねぎ	607
				砂糖	みそ	きゅうり	703

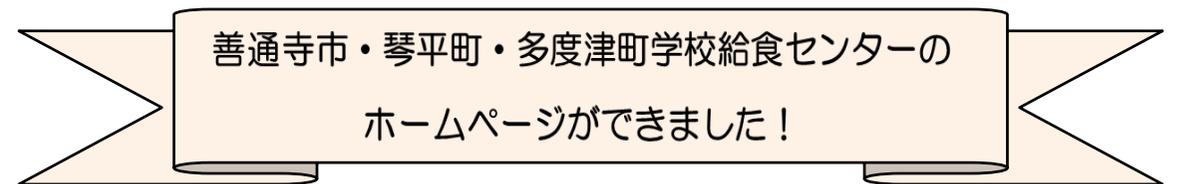
※材料の都合により、献立を変更する場合があります。

※幼稚園または小学校、中学校のみの献立についてはそれぞれ(幼)(小)(中)と表記しています。

※市内・町内産の食材には下線を引いています。



ダイシモチ、ごまつな、ミニトマト、  
葉ねぎ、にんにく



施設紹介のほか、献立表、食育だより、給食の写真が見られる  
献立カレンダー、給食レシピもあります。

また、ブログも開設し、給食センターでの様子や子どもたちの  
食育体験活動の様子なども掲載予定です。

スマホの方はQRコード、パソコンの方は右記のアドレスより  
ぜひ、遊びにきてください。



<https://zkt-kyushoku.jp/>