

2024年
5月分



学校給食予定献立表



仁田佐古 小学校

◎食材料は、料理別に分けて記載しています。 ◎食材料は、価格などの都合により変更する場合があります。 ◎★印がついているものは加工品です。

ひづけ 日付	ようび 曜日	こんだてめい 献立名	おも はたら さいりょうめい 主な働きと材料名					しょうがっこう 小学校		
			からだ 体をつくるもとになる(赤)		からだちようし との 体の調子を整えるもとになる(緑)		エネルギーのもとになる(黄)			
			たんぱく質	むかしつ 無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	たんすいかぶつ 炭水化物		しつ 脂質	エネルギー
1	水	コッペパン					コッペパン	600		
		牛乳		牛乳						
		クリームシチュー	とりにく ベーコン	スキムミルク チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも こむぎこ		バター 油	26.8
豆のサラダ	だいず			キャベツ とうもろこし	しろいんげんまめ ひよこまめ さとう	オリーブ油				
2	木	ごはん					こめ	629		
		牛乳		牛乳						
		若竹汁	とうふ	わかめ	にんじん ねぎ	たけのこ はくさい				
		かつおのごまみそがらめ	★かつお(こなつき) みそ			しょうが	さとう		油 ごま	27.8
キャベツの甘酢和え				キャベツ きゅうり	さとう					
柏餅					★かしわもち					
7	火	ごはん					こめ	601		
		牛乳		牛乳						
		じゃがいものそぼろ煮	とりにく		にんじん	たまねぎ こんにやく グリーンピース	じゃがいも さとう でん粉		油	26.7
		ごまめ		にぼし			さとう		ごま	
切干大根の炒め煮	ぶたにく		にんじん さやいんげん	きりぼしだいこん	さとう	油				
8	水	はちみつパン					はちみつパン	602		
		牛乳		牛乳						
		麦入り野菜スープ	とりにく ベーコン		にんじん ほうれんそう	たまねぎ	おしむぎ		油	23.4
		かぼちゃコロッケ			★かぼちゃコロッケ				油	
ひじきのサラダ		ひじき		とうもろこし きゅうり	さとう	ごま油				
9	木	ごはん					こめ	625		
		牛乳		牛乳						
		チャージャン豆腐	ぶたにく あつあげ あかみそ		にんじん	たまねぎ たけのこ ふかねぎ しいたけ しょうが にんにく	さとう でんぶん		油	26.2
		もやしとハムの炒め物	ハム		にら	もやし			油 ごま油	
オレンジ				オレンジ						
10	金	小さいコッペパン					コッペパン	657		
		牛乳		牛乳						
		カレースパゲッティ	ぶたにく		にんじん ピーマン	たまねぎ マッシュルーム	スパゲッティ		油 カレールウ	
		チキンサラダ(鶏肉)	とりにく			レモン				
		チキンサラダ(野菜)				キャベツ きゅうり	さとう		油	29.7
キャンディチーズ		チーズ								
13	月	ごはん					こめ	602		
		牛乳		牛乳						
		うま煮	とりにく あげかまぼこ		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにやく	じゃがいも さとう		油	26.2
		納豆煮	なっとう ぶたにく		ねぎ	しょうが	さとう			
きゅうりのピリッと漬け				きゅうり		ごま油				
14	火	ごはん					こめ	660		
		牛乳		牛乳						
		ふしめん汁	とりにく		にんじん ねぎ	はくさい たまねぎ	ふしめん			27.4
		長崎県産ぶりのから揚げ	ぶり				でんぶん こめこ		油	
小松菜の炒め物	ぶたにく		こまつな	もやし	さとう	油				
15	水	コッペパン					コッペパン	645		
		牛乳		牛乳						
		ビーフシチュー	ぎゅうにく	スキムミルク チーズ	にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも こむぎこ		バター 油	27.1
		野菜のアーモンド和え			ほうれんそう にんじん	キャベツ	さとう		アーモンド	
いちごジャム					いちごジャム					
16	木	ごはん					こめ	612		
		牛乳		牛乳						
		豚汁	ぶたにく あつあげ みそ		にんじん	だいこん ごぼう こんにやく ふかねぎ	じゃがいも		油	25.5
新たまねぎの卵とじ	たまご とりにく		にんじん みつば	たまねぎ しいたけ	さとう でんぶん	油				



こどもの日は、端午の節句ともいいます。端午の節句にかかせない柏餅は、柏の葉で巻いてあります。柏の葉は、新しい芽が育つまで、古い葉が落ちないことから、子孫繁栄(家が代々続いていく)という縁起をかつぎ、こどもの健やかな成長を願って使われるようになりました。5月2日の献立に、柏餅を取り入れています。

◎裏面もごらんください。

2024年
5月分



学校給食予定献立表



仁田佐古 小学校

◎食材料は、料理別に分けて記載しています。 ◎食材料は、価格などの都合により変更する場合があります。 ◎☆印がついているものは加工品です。

ひづけ 日付	ようび 曜日	こんだてめい 献立名	おも はたら さいりょうめい 主な働きと材料名					しょうがっこう 小学校	
			からだ 体をつくるもとになる(赤)		からだちようし 体の調子を整えるもとになる(緑)		エネルギーのもとになる(黄)		
			たんぱく質	むかしつ 無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	たんすいかぶつ 炭水化物		しじつ 脂質
17	金	米粉パン					こめこパン	618	
		牛乳		牛乳					
		血うどん	ぶたにく いか はんぺん あげかまぼこ		にんじん	キャベツ もやし たまねぎ	チャーメン さとう でんぶん	油	27.9
		たけのこの中華炒め	とりにく		にんじん さやいんげん	たけのこ きくらげ	さとう	油 ごま油	
		りんごゼリー				☆りんごゼリー			
20	月	ぜんこうべんとうび 全校弁当日							
21	火	ごはん					こめ	609	
		牛乳		牛乳					
		トック	とりにく		ねぎ	だいこん たけのこ しいたけ	トック	ごま ごま油	24.6
		ホイコーロー	ぶたにく あかみそ		ピーマン	キャベツ たまねぎ しょうが にんにく	さとう でんぶん	油	
22	水	コッペパン					コッペパン	607	
		牛乳		牛乳					
		ポークビーンズ	ぶたにく		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも さとう しろいんげんまめ	油	28.4
		キャベツとツナのソテー	ツナ(まぐろ)			キャベツ とうもろこし エリンギ		油	
		メロン			メロン				
23	木	ごはん					こめ	631	
		牛乳		牛乳					
		根菜のごま汁	あぶらあげ みそ		にんじん	だいこん ごぼう ふかねぎ	じゃがいも	ごま	23.9
		さばのソース煮	さば			しょうが	でんぶん さとう	油	
		野菜のしそ和え		にんじん あかじそ	きゅうり				
24	金	コッペパン					コッペパン	622	
		牛乳		牛乳					
		マカロニ入り卵スープ	たまご ベーコン		にんじん ほうれんそう	たまねぎ	マカロニ	油	29.5
		鶏肉のハニーマスタード焼き	とりにく			にんにく	はちみつ		
		いんげんとコーンのソテー		さやいんげん	とうもろこし		油		
27	月	うんどうかいだいきゅう 運動会代休							
28	火	ごはん					こめ	660	
		ポークカレー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも		カレールウ 油
		牛乳		牛乳					
		ごまドレッシングサラダ				キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	ごま油 ごま油	20.8
冷凍みかん				みかん					
29	水	パーカーハウスパン					パーカーハウスパン	608	
		牛乳		牛乳					
		米粉と豆乳のコーンポタージュ	とりにく とうにゅう		にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし	こめこ	油	28.9
		ハンバーグのケチャップソース	☆ハンバーグ				さとう		
		キャベツのマリネ			キャベツ	さとう	油		
30	木	ごはん					こめ	627	
		鶏そぼろごはんの具	とりにく		さやいんげん	たまねぎ しょうが	さとう でんぶん		油
		牛乳		牛乳					
		けんちん汁	とうふ あぶらあげ		にんじん	だいこん ごぼう ふかねぎ	じゃがいも	油	26.8
いわしのしょうが煮	☆いわしのしょうがに								
31	金	黒砂糖パン					くろざとうパン	599	
		牛乳		牛乳					
		わかめうどん	はんぺん	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ	うどん		27.2
		鶏肉とレバーの甘酢がらめ	とりにく ☆とりきもたつた			しょうが	でんぶん こめこ さとう	油	
		野菜のもみ漬け			きゅうり だいこん				

◎裏面もごらんください。