

2024年

5月 給食献立予定表

南開町学校給食センター
TEL/FAX 53-8945

日	曜日	牛乳	こんだてめい		黄(き)	赤(あか)	緑(みどり)	栄養価(えいようか)		
			しゅしよく	おかす	おもにからだのエネルギーの もとになるもの	おもにからだを作るも とになるもの	おもにからだのちょうしをと とのえるもの	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
1	水	○	八十八や	キャベツと肉団子のスープ	パン	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	小	653	29.9
			チーズパン	かつおフライ お茶豆	さとう あぶら でんぷん	かつおフライ にくだんご だいず	キャベツ ねぎ しいたけ まっちゃん			
2	木	○	たんごのせつく	わかたけ汁	こめ むぎ きょうかまい	ぎゅうにゅう	たけのこ ねぎ	小	618	23.6
			麦ごはん	かぶと型ハンバーグ おおか和え かしわもち	かしわもち ふ	ハンバーグ ちりめん かまぼこ とうりく わかめ	キャベツ もやし にんじん			
7	火	○	麦ごはん	豆腐汁	こめ むぎ きょうかまい	ぎゅうにゅう	えのき にんじん たまねぎ	小	582	25.5
			麦ごはん	さわらの西京焼き ちくさお和え	さとう	なんかんあげ たまご さわら とうふ わかめ	ねぎ ほうれんそう キャベツ			
8	水	○	コッペパン	焼きそば ツナサラダ	パン	ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ しめじ	小	568	24.7
			コッペパン	ツナサラダ	スパゲティ ノンエッグ あぶら	ツナ あおのり ふたにく さつまあげ	キャベツ もやし ピーマン きゅうり			
9	木	○	麦ごはん	ワンタンスープ	こめ むぎ きょうかまい あぶら	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん きくらげ	小	642	23.4
			麦ごはん	鶏肉のチリソース和え レタス	ワンタン ごまあぶら でんぷん こむぎこ さとう	とりにく レバー ふたにく みそ	しいたけ チンゲンサイ にんにく ピーマン レタス ねぎ しょうが			
10	金	○	麦ごはん	ハヤシルー	こめ むぎ きょうかまい	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん しめじ	小	635	23.6
			麦ごはん	枝豆サラダ	オリーブゆ	ぎゅうにく ハム わかめ	グリーンピース きゅうり えだまめ ブロッコリー コーン にんにく			
13	月	○	麦ごはん	じゃがいものみそ汁	こめ むぎ きょうかまい	ぎゅうにゅう	えのき たまねぎ	小	619	26.2
			麦ごはん	ホキのハーフ焼き ごぼうのきんぴら	じゃがいも こんにやく さとう ごま あぶら	ホキ ふたにく あつあげ わかめ みそ	ねぎ ごぼう にんじん いんげん			
14	火	○	麦ごはん	わかめスープ	こめ むぎ きょうかまい	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	小	610	24
			麦ごはん	豚キムチ丼の具 ごまきゅうり	あぶら ごまあぶら さとう ごま	ふたにく わかめ ちくわ とうふ	キャベツ キムチ きゅうり ねぎ			
15	水	○	ミルクパン	ポークビーンズ	パン	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん キャベツ	小	654	26.7
			ミルクパン	じゃこサラダ フルーツヨーグルト	じゃがいも カクテルゼリー あぶら さとう	ミックスビーンズ ちりめん ふたにく ヨーグルト	きゅうり みかん おとうり りんご ブロッコリー コーン とまと			
16	木	○	麦ごはん	じゃがいものそぼろ煮	こめ むぎ きょうかまい	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	小	626	23.2
			麦ごはん	ぶるんサラダ 手作りふりかけ	こんにやく じゃがいも あぶら でんぷん さとう ごま	ぎゅうにゅう ふたにく あつあげ だいず ハム いりこ	いんげん ごぼう しょうが きゅうり キャベツ			
17	金	○	くまもとし	タイビーエン	こめ むぎ きょうかまい	ぎゅうにゅう	きくらげ キャベツ たまねぎ	小	658	23.2
			麦ごはん	ししゃもフライ 辛子レンコンサラダ	はるさめ ごまあぶら あぶら ごま ノンエッグ	うすたらまご ししゃも ハム ふたにく ちくわ	にんじん しょうが れんこん きゅうり ねぎ レモンかじゅう			
20	月	○	麦ごはん	ジャージャン豆腐	こめ むぎ きょうかまい	ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ	小	674	23.9
			麦ごはん	ぎょうざ 酢の物	こんにやく ごまあぶら あぶら ごま さとう	さつまあげ ぎょうざ みそ ふたにく あつあげ わかめ	キャベツ きゅうり チンゲンサイ			
21	火	○	麦ごはん	コンソメスープ	こめ むぎ きょうかまい あぶら	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	小	703	24.5
			麦ごはん	鶏肉のアングレース マカロニサラダ	じゃがいも でんぷん さとう パン マカロニ ノンエッグ	とりにく ハム ひよこまめ	しめじ コーン しょうが キャベツ きゅうり			
22	水	○	食パン	シチュー	パン	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん しめじ	小	634	28.3
			食パン	ほうれん草オムレツ ビーンズサラダ	じゃがいも あぶら ノンエッグ	ミックスビーンズ とりにく オムレツ	コーン グリーンピース えだまめ きゅうり			
23	木	○	麦ごはん	マーボー春雨	こめ むぎ きょうかまい	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん しょうが	小	655	24
			麦ごはん	ハンパンジーサラダ はんかんゼリー	はるさめ でんぷん ごまあぶら ごま さとう はんかんゼリー	だいず さつまあげ わかめ ふたにく とりにく みそ	しいたけ ねぎ きゅうり たけのこ とまと にんにく			
24	金	○	麦ごはん	大豆の五目煮	こめ むぎ きょうかまい	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	小	628	26.8
			麦ごはん	のりかつお和え 大豆といりこのりんかけ	じゃがいも こんにやく あぶら ごまあぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう のり こんぶ さつまあげ だいず ツナ	しいたけ キャベツ きゅうり きぬさや			
27	月	○	麦ごはん	節そうめんのみそ汁	こめ むぎ きょうかまい	ぎゅうにゅう	にんじん えのき	小	632	24.9
			麦ごはん	ホキのタルタル焼き 小松菜の和え物	ふしそうめん じゃがいも さとう ごまタルタルソース	とうふ なんかんあげ ホキ チーズ わかめ みそ	ねぎ キャベツ ごまつな パセリ			
28	火	○	わかめごはん	きつねうどん汁	こめ きょうかまい	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	小	630	16.4
			わかめごはん	かきあげ ごま和え	うどん あぶら かきあげ ごま さとう	なんかんあげ わかめ	ねぎ きゅうり ほうれんそう			
29	水	○	にんじんパン	ガーリックスパゲティ	パン	ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ	小	600	22.5
			にんじんパン	こんにやくサラダ	オリーブゆ こんにやく ごまあぶら	ベーコン わかめ ハム	ほうれんそう きゅうり コーン しめじ にんにく			
30	木	○	麦ごはん	かき玉汁	こめ むぎ きょうかまい	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん えのき	小	603	24.9
			麦ごはん	ホキのレモン煮 アーモンド和え	でんぷん さとう アーモンド あぶら	ホキ とりにく たまご	ねぎ きゅうり キャベツ レモンかじゅう			
31	金	○	麦ごはん	チキンカレー	こめ むぎ きょうかまい	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん にんにく りんご	小	687	20.1
			麦ごはん	海藻サラダ 豆腐プリン	じゃがいも あぶら とうにゅうプリン	ツナ とりにく かいそうミックス	きゅうり キャベツ えだまめ コーン レモンかじゅう しょうが			

*物資購入等の都合により、予定している献立や使用食材を変更する場合があります。
*学校行事等で給食の提供がない日があります。学校からの連絡等でご確認ください。