



5月 こんだてよていひょう



今月の目標
食事のマナーを身につけよう

令和6年度 錦町学校給食センター

日	曜	連絡	主食	牛乳	おかず	おもなざいりょう			えいよりうりょう		ひとくちメモ
						あか ちやにくやほねになる	きいろ ねつやちからになる	みどり からだのちようしをととのえる	エネルギー (kcal)	たんぱく しつ(%)	
1	水		ごはん	牛乳	さかなのさいきょうやき きりほしだいこんのいために だんごじる	ぎゅうにゅう ホキ みそ ちくわ あぶらあげ とりにく	こめ さとう あぶら さといも こむぎこ じゃがいも みずあめ	しょうが きりほしだいこん にんじん いんげん ごぼう たまねぎ ねぎ しいたけ	小 619	中 749	2日 こどもの日 5月5日はこどもの日です。「端午の節句」とも言われ、子どもが元気に大きくなりますようにと願いをこめて鯉のぼりをあげたり、五月人形を飾ったりします。また、ちまきや柏餅を食べる習慣があります。給食では、手作りの中華おこわ、柏餅を取り入れました。柏の葉は、新しい芽が出るまで前の葉が落ちないことから「いつまでも家が絶えることなく続く」という願いをこめて使われています。
2	木		ちゅうかおこわ	牛乳	ちくさやき アーモンドあえ ごもくはるさめスープ・かしわもち	ぶたにく たまご とりにく チーズ ぎゅうにゅう あずき	こめ もちこめ あぶら さとう アーモンド はるさめ みずあめ	ごぼう にんじん しいたけ グリンピース ほうれんそう キャベツ きゅうり たまねぎ たけのこ しょうが ねぎ	小 620	中 766	
7	火		ゆかりごはん	牛乳	にくづめいなり ハムれんこんサラダ とうにゅういりみそしる	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ぎょくに あぶらあげ ハム とうにゅう みそ	こめ むぎ さとう ラード でんぶ マヨネーズ じゃがいも	しそ れんこん きゅうり ねぎ にんじん たまねぎ ごぼう	小 630	中 756	
8	水		ごはん	牛乳	さばのみそに うのはなサラダ かきたまじる	ぎゅうにゅう さば みそ おから ツナ たまご かまぼこ	こめ あぶら さとう でんぶ マヨネーズ	にんじん きゅうり たまねぎ えのきたけ ねぎ	小 619	中 748	
9	木		ハヤシライス	牛乳	ごはんにかけて食べよう かみかみサラダ ばんかんゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう くだいず さきいか しろいんげんまめ	こめ じゃがいも アーモンド さとう あぶら みずあめ	たまねぎ にんじん トマト ぶなしめじ グリンピース にんにく しょうが キャベツ きゅうり コーン ぼんかん	小 648	中 782	
10	金	中学校中止	あげパン	牛乳	ひらさらにはいぜんしゅう スタミナサラダ ポトフ	きなこ ベーコン ぎゅうにゅう だいず ぶたにく	パン あぶら さとう ごまあぶら じゃがいも	にんにく キャベツ きゅうり にんじん えのきたけ たまねぎ ブロッコリー	小 586	中 -	
13	月	中学校中止	むぎごはん	牛乳	ジャーチャン豆腐 ひやしちゅうかサラダ あじつけのり	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ みそ ハム のり	こめ むぎ でんぶ さとう ごまあぶら ちゅうかめん	にんじん たけのこ たまねぎ ねぎ しいたけ にんにく コーン しょうが きゅうり キャベツ きくらげ	小 620	中 -	
14	火		おやこどん	牛乳	ごはんにくをのせて食べよう ごぼうサラダ こくとうナッツ	ぎゅうにゅう たまご とりにく かまぼこ ハム くだいず	こめ むぎ さとう でんぶ マヨネーズ アーモンド くるごとう あぶら	にんじん たまねぎ きぬさや しいたけ ごぼう きゅうり	小 649	中 803	
15	水		ごはん	牛乳	ちくわのいそべあげ ひじきのいりに うおそうめんのすましじる	ぎゅうにゅう ちくわ あおりの ひじき あぶらあげ くだいず ぎょにく	こめ こむぎ あぶら さとう でんぶ	にんじん いんげん たまねぎ しいたけ ねぎ	小 585	中 753	
16	木		かやくごはん	牛乳	やきししゃも かまぼこときりほしだいこんのサラダ とうふのみそしる	とりにく ししゃも あぶらあげ ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ わかめ みそ	こめ むぎ こんにやく あぶら さとう マヨネーズ	しいたけ ごぼう にんじん いんげん きりほしだいこん えだまめ えのきたけ ねぎ	小 607	中 750	
17	金		むぎごはん	牛乳	たけのこのうまに キャベツのごまあえ おさかなそぼろ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ちくわ あぶらあげ かんぱち	こめ じゃがいも こんにやく さとう あぶら ごま みずあめ	たけのこ ごぼう にんじん しいたけ グリンピース キャベツ きぬさや しょうが	小 616	中 749	
20	月		ごはん	牛乳	とりにくのマスタードやき ジャーマンポテト ミネストローネ	ぎゅうにゅう ベーコン くだいず とりにく	こめ みずあめ じゃがいも あぶら マカロニ	たまねぎ パセリ キャベツ にんじん トマト	小 632	中 769	
21	火		ちゅうかどん	牛乳	ごはんにくをのせて食べよう やきぎょうざ ナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ とりにく	こめ でんぶ こむぎ ごまあぶら さとう ラード	にんじん たまねぎ キャベツ たけのこ しいたけ えだまめ にんにく しょうが きゅうり もやし	小 591	中 759	
22	水	西小中止	ごはん	牛乳	さかなのあおさフライ えだまめサラダ ぶたじる	ぎゅうにゅう ホキ あおさ ぶたにく とうふ みそ	こめ あぶら こんにやく さとう ごま パンこ こむぎこ でんぶ じゃがいも	きゅうりにんじん えだまめ ごぼう ねぎ たまねぎ しょうが	小 604	中 755	
23	木		カレーピラフ	牛乳	ぶたしゃぶサラダ クリームスパゲッティ	ウインナー ぶたにく ぎゅうにゅう ベーコン チーズ	こめ むぎ あぶら さとう スパゲッティ	たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ ごぼう きゅうり にんにく ぶなしめじ パセリ	小 593	中 750	
24	金		むぎごはん	牛乳	あつあげのそぼろに みそマヨネーズあえ きわかめのつくだに	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ てんぷら ちくわ みそ きわかめ	こめ むぎ こんにやく あぶら さとう でんぶ ごまあぶら マヨネーズ ごま	しょうが たまねぎ にんじん たけのこ いんげん キャベツ きゅうり	小 624	中 770	
27	月	西小中止	ごはん	牛乳	にくじゃが ビーンズサラダ てづくりふりかけ	ぎゅうにゅう てんぷら くだいず ぶたにく ハム ちりめん あおりの かつおぶし	こめ じゃがいも こんにやく あぶら さとう ごま マヨネーズ	にんじん たまねぎ いんげん きゅうり キャベツ	小 620	中 763	
28	火	西小中止	ビビンバ	牛乳	ごはんにくをのせて食べよう しるビーフン	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ みそ	こめ むぎ さとう ごま あぶら ごまあぶら ビーフン	さんさい たけのこ しょうが にんにく もやし ほうれんそう にんじん キャベツ たまねぎ ねぎ しいたけ	小 599	中 747	
29	水	不上小5年中止	むぎごはん	牛乳	こうやどろふのたまごとじ いわしハンバーグ しおこんぶあえ	ぎゅうにゅう こうやどろふ たまご とりにく かまぼこ ぎょにく いわし みそ こんぶ	こめ さとう あぶら ごま でんぶ	たまねぎ にんじん いんげん しいたけ ねぎ しょうが にんにく キャベツ きゅうり	小 637	中 756	
30	木	不上小6年中止	こぎつねごはん	牛乳	さばのしおこうじやき すのもの たけのこのみそしる	あぶらあげ ぎゅうにゅう さば わかめ みそ	こめ むぎ さとう	きぬさや もやし きゅうり ねぎ にんじん きくらげ たけのこ たまねぎ えのきたけ	小 631	中 747	
31	金	不上小6年中止	ごはん	牛乳	ささみのレモンに ツナサラダ カレースープ	ぎゅうにゅう ささみ ツナ ぶたにく	こめ でんぶ あぶら さとう マヨネーズ じゃがいも マカロニ	レモン きゅうり キャベツ にんじん コーン たまねぎ パセリ	小 658	中 776	

*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。中学校、西小中学校はジュースが3日間つきます。
*ハムとベーコン、ウインナーは卵、乳不使用のものを使っています。*マヨネーズは卵不使用のものを使っています。