



5月 給食カレンダー



日	曜日	牛乳	献立	あか	きいろ	みどり	エネルギー (1人あたり) たんぱく質 (g)
				血や肉に なる食品	熱や力の元 になる食品	体の調子を 整える食品	
1	金		ナポリタン サウピカンサラダ 抹茶ケーキ 八十八夜メニュー	牛乳 ベーコン 粉チーズ たまご	スバグティ オリーブ油 有塩バター 油 ごま油 薄力粉 じゃがいも 三温糖 無塩バター	にんにく 玉葱 にんじん ビーマン マッシュルーム(水煮) トマトピューレ キャベツ ホールコーン	586 200
7	木		中華おこわ おだんごスープ かぶとパイ 端午の節句メニュー	牛乳 焼き豚 豚肉 鶏肉 絹ごし豆腐	もち米 米 三温糖 でんぷん ごま油 油 じゃがいも さつまいも 春巻きの皮	しょうが にんにく ねぎ 干し椎茸 にんじん たけのこ(水煮) こまつな キャベツ バイン缶	582 220
8	金		かつお君わかめちゃんごはん 枝豆入り卵焼き たけのこのすまし汁	牛乳 かつお わかめご飯の素 たまご 絹ごし豆腐 鶏肉 かまぼこ	米 麦 でんぷん 薄力粉 油 三温糖	しょうが さやえんどう えだまめ(冷凍) にんじん 玉葱 たけのこ(水煮) ねぎ こまつな	597 29.5
9	土	ブルーベリー ジョア	ハヤシライス アスパラサラダ りんご	ジョア(ブルーベリー) 豚肉	米 麦 じゃがいも 有塩バター 薄力粉 三温糖 油	玉葱 にんにく しょうが マッシュルーム水煮 トマトピューレ にんじん キャベツ アスパラガス ホールコーン りんご	605 20.0
12	火		ごはん 鮭のみそマヨネーズ焼き ひじきの煮物 冬瓜のスープ	牛乳 鮭 赤みそ 鶏肉 干しひじき 油揚げ 絹ごし豆腐	米 エッグケアマヨネーズ つきこんにゃく 上白糖 でんぷん 油	玉葱 こねぎ れんこん にんじん さやいんげん 干し椎茸 ねぎ とうがん	587 27.5
13	水		カレーミートドッグ ベーコンとキャベツのスープ じゃがいもとコーンのバター醤油煮	牛乳 豚肉 鶏肉 大豆(乾) ピザ用チーズ ベーコン	コッパン 三温糖 有塩バター じゃがいも 油	にんにく しょうが セロリ 玉葱 にんじん キャベツ ホールコーン	599 29.0
14	木		けいちゃんライス すったて汁 パイン 郷土料理:岐阜県	牛乳 鶏肉 豚肉 大豆(乾) 油揚げ 赤みそ 白みそ	米 麦 でんぷん じゃがいも 油	しょうが にんにく キャベツ 玉葱 にんじん ピーマン しめじ ごぼう だいこん ねぎ こまつな バインアップル	606 25.3
15	金		シシユージュシー にんじんしりしり イナムドッチ ちんすこう 郷土料理:沖縄県	牛乳 豚肉 生揚げ 刻み昆布 かまぼこ 白みそ 赤みそ ツナ油揚げ	米 麦 白すりごま ごま油 こんにゃく 薄力粉 三温糖 ラード 油	にんじん もやし 干し椎茸 こまつな	598 22.2
18	月		西湖豆腐丼 タコのコチュマリネ フルーツヨーグルト	牛乳 豚肉 鶏肉 絹ごし豆腐 たこ ヨーグルト	米 麦 三温糖 でんぷん ごま油 白すりごま はちみつ 油	にんにく しょうが にんじん 干し椎茸 たけのこ(水煮) トマトホール缶 ねぎ ビーマン きゅうり だいこん バイン缶 黄桃缶 パナナ	658 26.5
19	火		磯ごはん じゃがいものそぼろ煮 はりはりサラダ オレンジゼリー 5月お誕生日給食	牛乳 鶏肉 じゃこ わかめご飯の素 ハム 豚肉	米 麦 白すりごま こんにゃく じゃがいも 三温糖 でんぷん はるさめ(乾) ごま油 上白糖 油	にんじん 玉葱 さやいんげん 切干大根 キャベツ きゅうり オレンジジュース みかん缶	650 21.0
20	水		吉田うどん 笹かまの緑茶揚げ 黒ゴマ団子 しばや味めぐり給食	牛乳 牛肉 白みそ 笹かまぼこ 絹ごし豆腐	うどん 三温糖 薄力粉 黒すりごま 白玉粉 上新粉 和三盆糖 油	玉葱 にんじん キャベツ ねぎ こまつな	621 26.0
21	木		ごはん いわしのさんが焼き キャベツのおかかあえ 吉野汁	牛乳 いわしすり身 絹ごし豆腐 豚肉 赤みそ 白みそ 焼きのり かつお節 鶏肉 油揚げ	米 バン粉(乾) 三温糖 白すりごま ごま油 でんぷん	しょうが キャベツ もやし 干し椎茸 ねぎ にんじん だいこん たけのこ(水煮)	618 27.6
22	金		きなこ豆乳トースト ハンガリアンシチュー わかめサラダ	牛乳 鶏肉 きなこ 無調整豆乳 ひよこまめ(乾) 粉チーズ カットわかめ	食パン 有塩バター 三温糖 じゃがいも 薄力粉 白すりごま ごま油 油	しょうが 玉葱 にんじん トマトピューレ キャベツ	586 23.1
25	月		ジャンバラヤ クラムチャウダー ブラウニー	牛乳 鶏肉 えび ウィンナー あさり ベーコン たまご	米 麦 じゃがいも 有塩バター 薄力粉 三温糖 無塩バター 油	にんじん にんにく 玉葱 セロリ ビーマン 赤ビーマン 黄ビーマン かぶ	687 24.4
26	火		赤飯 和風ハンバーグ 野菜のからし和え お祝い汁 開校記念日お祝いメニュー	牛乳 小豆(乾) 豚肉 赤みそ 鶏肉 絹ごし豆腐 カットわかめ なたと	米 もち米 バン粉(乾) 三温糖 黒いりごま でんぷん	ねぎ キャベツ こまつな にんじん	580 27.1
28	木		ちゃんこうどん べったら漬け ビール風ゼリー しばや味めぐり給食	牛乳 鶏肉 油揚げ ちくわ 刻み昆布 粉寒天 カルピス	うどん 三温糖 上白糖 油	にんにく しょうが にんじん 白菜 キャベツ ねぎ こまつな きゅうり だいこん りんごジュース	581 23.7
29	金		みそカツ(勝つ!)丼 早苗汁 美生柑 運動会応援メニュー	牛乳 豚肉 赤みそ 鶏肉 絹ごし豆腐 油揚げ 白みそ	米 麦 三温糖 薄力粉 バン粉(乾) 油 バン粉(生) 白すりごま じゃがいも	キャベツ 赤パプリカ たけのこ(水煮) ふき わらび 美生柑	669 29.0

*学校行事や食材購入等の都合により、献立を変更する場合があります。

*エネルギーとたんぱく質は3・4年生の栄養価です。1・2年生は×0.8、5・6年生は×1.2の栄養価です。