

5月の給食こんだて表(変更後)

(I地区)

ひ に ち	よ う び	こんだてめい	ざいりょう			エネルギー kcal
			おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	たんぱく質 g
18	月	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		649 23.9
		ごじる	じゃがいも	だいず とうにゅう あつあげ みそ	にんじん だいこん ねぎ	
		スパイシーチキン	あぶら でんぶん こむぎこ	とりにく	レモン	
		そくせきづけ			キャベツ きゅうり にんじん	
		あじつけのり かしわもち	かしわもち	あじつけのり		
19	火	チキンライス	こめ バター	とりにく	たまねぎ グリンピース マッシュルーム	605 23.9
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		やさいスープ		ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん パセリ	
		しろみぎかなのマリネ	でんぶん あぶら さとう	ホキ	ふかねぎ ピーマン パプリカ	
20	水	こがたコッペパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		614 25.6
		うみのさちスバゲティ	スバゲティ あぶら バター	ベーコン イカ エビ かいばしら	たまねぎ にんじん ピーマン しめじ	
		ゆでやさい 1しよごまドレッシング	ごまドレッシング		アスパラガス にんじん キャベツ	
		アップルコンポート			アップルコンポート	
21	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		606 23.3
		はるさめスープ	はるさめ	とりにく	キャベツ たまねぎ にんじん	
		すぶた	でんぶん あぶら さとう ごまあぶら	ぶたにく	にんじん ピーマン たけのこ たまねぎ	
22	金	ポークカレーライス	じゃがいも あぶら こめ	ぶたにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん グリンピース りんご	620 18.7
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		キャベツのレモンづけ	さとう		キャベツ にんじん レモン	
		オレンジ			オレンジ	
25	月	ゆかりごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	あかしそ	595 21.5
		ごもくまめ	じゃがいも あぶら さとう	ぶたにく あつあげ あげかまぼこ だいず こんぶ	にんじん こんにやく いんげん しいたけ	
		きりぼしだいこんのすのもの	ごま さとう	こんぶ	きりぼしだいこん きゅうり にんじん	
26	火	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		579 27.0
		なめこじる		とうふ みそ わかめ	なめこ ねぎ	
		さわらのしおやき		さわら		
		こまつなのじゃこいため	あぶら ごまあぶら	ちりめんじゃこ	こまつな もやし にんじん	
		しそあじひじき		しそあじひじき		
27	水	パーカーハウスパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		642 23.5
		ごぼうのクリームスープ	こむぎこ バター あぶら なまクリーム じゃがいも	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ ごぼう にんじん パセリ	
		ハンバーグ	あぶら さとう バター	ハンバーグ	たまねぎ しめじ	
		ゆでキャベツ			キャベツ	
28	木	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		606 23.5
		タイビーエン	はるさめ あぶら	うずらのたまご ぶたにく	キャベツ たまねぎ もやし にんじん ねぎ きくらげ	
		シュウマイ		シュウマイ		
		たかなとツナのいためもの	ごま ごまあぶら さとう	ツナ	たかなづけ	
29	金	おやこどんぶり	こめ さとう でんぶん	たまご とりにく	たまねぎ にんじん しいたけ ふかねぎ えのきたけ	649 23.4
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		シシャモフリッター	あぶら	シシャモフリッター		
		きゅうりのカリカリづけ	ごま ごまあぶら さとう		きゅうり にんじん	

※都合により献立内容を変更することがあります。

給食に使用する加工食品等のアレルギー表示を記載いたします。

18日	あじつけのり	エビ、小麦、大豆
20日	ごまドレッシング	小麦、ごま、大豆
	アップルコンポート	りんご
26日	しそあじひじき	小麦、大豆
27日	ハンバーグ	豚肉、鶏肉、大豆
28日	シュウマイ	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン
29日	シシャモフリッター	小麦

※ちゃんぽん、うどん等の麺を製造する工場では「そば」の麺も製造されています。

(令和2年5月 大村市教育委員会)