



5月の給食こんだて表



(Ⅱ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
1	月	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		618 25.7
		ぐだくさんみそしる	じゃがいも	あつあげ みそ	だいこん こまつな にんじん ごぼう ふかねぎ	
		サバのおしおやき		サバ		
		まっちゃりんかけだいたい	さとう でんぷん	だいたい	まっちゃ	
2	火	しょうこっぺパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		621 22.8
		マロニースープ	はるさめ	ベーコン	たまねぎ キャベツ にんじん	
		ぶたにくのパーベキューソースいため	でんぷん さとう あぶら	ぶたにく	いんげん たまねぎ とうもろこし りんご しょうが レモン	
		かしわもち	かしわもち			
8	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		648 27.2
		ジャーチャン豆腐	さとう でんぷん あぶら	ぶたにく あつあげ みそ	たまねぎ たけのこ にんじん こねぎ しいたけ しょうが	
		シューマイ		シューマイ		
		さんしょくナムル	さとう ごま ごまあぶら		ピーマン もやし にんじん	
9	火	こめこパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		677 29.3
		いんげんまめのポタージュ	じゃがいも なまクリーム しろいんげんまめ	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ とうもろこし いんげん	
		スパイシーチキン	でんぷん こむぎこ あぶら	とりにく	レモン	
		ごぼうサラダ	さとう ごま あぶら		ごぼう にんじん えだまめ	
10	水	チキンライス	こめ あぶら	とりにく	たまねぎ グリンピース マッシュルーム	618 24.7
		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	
		ホキのムニエル	こむぎこ バター あぶら	ホキ		
11	木	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		642 22.8
		たまごスープ	でんぷん	たまご ベーコン	にんじん たまねぎ こねぎ しいたけ	
		とりにくとカシューナッツのいためもの	でんぷん さとう あぶら カシューナッツ	とりにく	しょうが ピーマン たけのこ たまねぎ パプリカ	
		オレンジ			オレンジ	
12	金	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		634 24.9
		にくじゃが	じゃがも さとう あぶら	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん いんげん こんにやく	
		いわしのおかか		いわしのおかか		
		キャベツのひじきあえ		ひじき	キャベツ きゅうり にんじん	
15	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		656 21.9
		ぶたじる	じゃがいも	あつあげ ぶたにく みそ	こんにやく だいこん ごぼう にんじん こねぎ	
		カレーポテトコロッケ	カレーポテトコロッケ あぶら			
		おさかなふりかけ	さとう ごま	かつお	にんじん	
16	火	パインパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		607 25.6
		ポテトスープ	じゃがいも	ベーコン	たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	
		おこのみやき	やまいも こむぎこ	エビ イカ たまご かつおぶし	キャベツ	
		ミニトマト			トマト	
17	水	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		626 22.4
		ふしめんじる	ふしめん	はんぺん	たまねぎ チンゲンサイ しいたけ こねぎ	
		サバのたつたあげ	さとう でんぷん あぶら	サバ	しょうが	
		そくせきづけ			キャベツ きゅうり にんじん	
18	木	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		641 23.2
		うまに	じゃがいも さとう あぶら	とりにく あげかまぼこ	たまねぎ にんじん こんにやく えだまめ	
		ちぐさやき		ちぐさやき		
		さやいんげんのごまあえ	さとう ごま		さやいんげん きゅうり にんじん	
19	金	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		630 26.6
		つみれじる		つみれ とうふ	にんじん たまねぎ こねぎ えのきたけ	
		とりにくとくじらのごまみそがらめ	でんぷん さとう あぶら ごま	とりにく くじら みそ	しょうが	
		きゅうりのカリカリづけ	ごまあぶら		きゅうり にんじん	
22	月	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		608 23.5
		けんちんじる	じゃがいも	とうふ とりにく	にんじん ごぼう こねぎ	
		さんまのかんろに		さんまのかんろに		
		ほしだいのあえもの	さとう ごま		きりほしだいこん きゅうり にんじん	
23	火	コッペパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		652 27.2
		ごぼうのクリームスープ	じゃがいも こむぎこ バター あぶら なまクリーム	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	
		てりやきチキン	さとう	とりにく	しょうが	
		アスパラガスのソテー	あぶら		アスパラガス キャベツ	
24	水	わかめごはん	こめ	わかめ		601 22.9
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		きつねうどん	うどん	とりにく あぶらあげ かまぼこ	たまねぎ こねぎ しいたけ	
		きびなごのカリカリフライ	あぶら	きびなごのカリカリフライ		
25	木	ピーフカレーライス	こめ じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん りんご	658 21.8
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		カラフルサラダ	さとう あぶら		キャベツ とうもろこし えだまめ パプリカ レモン	
26	金	おやこどん(むぎ)	こめ むぎ さとう でんぷん	たまご とりにく	たまねぎ にんじん ふかねぎ しいたけ えのきたけ	624 25.4
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		あじすりみフライ	あぶら	あじすりみフライ		
		ゆかりあえ			キャベツ にんじん あかしそ	
29	月	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		610 21.7
		じゃがいものそぼろに	じゃがいも さとう あぶら	とりにく	こんにやく たまねぎ にんじん えだまめ しいたけ	
		はるさめのいためもの	はるさめ さとう あぶら	ぶたにく	たまねぎ キャベツ ピーマン にんじん	
30	火	パーカーハウスパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		600 26.7
		オニオンスープ	あぶら	ラビオリ	たまねぎ にんじん パセリ セロリー	
		ハンバーグ	さとう あぶら	ハンバーグ	たまねぎ しめじ	
		ゆでキャベツ			キャベツ	
31	水	スライスチーズ		チーズ		636 22.0
		むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		
		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	でんぷん さとう あぶら 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	
メロン			メロン			

※都合により献立内容を変更することがあります。

(令和5年5月 大村市教育委員会)

今月の学校給食費の納付期限(口座振替日)は、5月31日です。