



5月の給食こんだて表



(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
1	水	こめパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		672 31.6
		チリコンカン	あぶら	あいびきにく だいず	たまねぎ にんじん	
		オムレツ		オムレツ		
		ドレッシングサラダ	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	
2	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		655 24.6
		ごじる	じゃがいも	とりにく だいず あつあげ とうにゅう みそ	にんじん だいこん こねぎ	
		きびなごごまフライ	あぶら	きびなごごまフライ		
		キャベツのひじきあえ		しそあじひじき	キャベツ きゅうり にんじん	
		かしわもち	かしわもち			
7	火	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		632 22.1
		のっぺいじる	じゃがいも でんぷん	とりにく	だいこん にんじん こんにやく しいたけ ふかねぎ	
		こうやどうふのそぼろあんかけ	でんぷん しょうしんこ あぶら さとう	こうやどうふ ぶたにく	たまねぎ にんじん いんげん しょうが	
		あじつけのり		のり		
8	水	パインパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		624 27.7
		オニオンスープ	あぶら	ベーコン	たまねぎ にんじん	
		とりにくのこうそうやき		とりにく	パセリ	
		コーンサラダ	さとう あぶら		とうもろこし キャベツ えだまめ	
9	木	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		601 21.4
		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 いんげん	
		おさかなふりかけ	さとう ごま	かつお	にんじん	
		ミニトマト			ミニトマト	
10	金	チキンカレーライス	こめ じゃがいも あぶら	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん えだまめ りんご	628 22.7
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		コールスロー	さとう あぶら		キャベツ にんじん パプリカ レモン	
13	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		603 23.9
		やさいわん	でんぷん	ちくわ	たけのこ ごぼう こまつな にんじん えのきたけ ふかねぎ	
		とりにくのてりやき	さとう	とりにく	しょうが	
		いんげんのソテー	あぶら	ベーコン	いんげん とうもろこし	
14	火	さらうどん	チャーメン でんぷん あぶら	ぶたにく エビ イカ はんぺん あげかまぼこ	キャベツ たまねぎ にんじん もやし こねぎ しいたけ	631 23.7
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		はるまき	はるまき あぶら			
		きゅうりのカリカリづけ	ごまあぶら ごま		きゅうり にんじん	
15	水	パーカーハウスパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		628 24.0
		ごぼうのクリームスープ	じゃがいも こむぎこ パター 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	
		にこみハンバーグ	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	
16	木	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		644 26.4
		ジャーチャンどうふ	さとう あぶら でんぷん	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	
		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	
17	金	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		689 27.9
		かきたまじる	でんぷん	とうふ たまご はんぺん	たまねぎ ふかねぎ	
		ブリのあげに	でんぷん あぶら さとう	ブリ		
		アスパラガスのソテー	あぶら	ベーコン	アスパラガス キャベツ とうもろこし	
20	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		605 23.5
		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 チンゲンサイ	
		すぶた	でんぷん 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	
21	火	わかめごはん(すくなめ) ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう わかめ		615 24.6
		けんちんじる	じゃがいも	あつあげ とりにく	にんじん ごぼう こねぎ だいこん	
		おこのみやき	こむぎこ やまいも	ぶたにく イカ たまご かつおぶし	キャベツ	
		オレンジ			オレンジ	
22	水	コッペパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		610 27.1
		ポークビーンズ	じゃがいも あぶら	ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん グリンピース トマト	
		ししゃもいそのかフライ	あぶら	ししゃもいそのかフライ		
		カラフルサラダ	さとう あぶら		キャベツ とうもろこし きゅうり パプリカ レモン	
23	木	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		665 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	たまねぎ にんじん こんにやく いんげん しいたけ	
		いろどりやさいのたまごやき		いろどりやさいのたまごやき		
24	金	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		650 24.6
		ワンタンスープ	ワンタン ごまあぶら	ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん もやし しょうが きくらげ	
		とりにくとくじらのカシューナッツいため	さとう あぶら でんぷん カシューナッツ	とりにく くじら	しょうが ピーマン たけのこ たまねぎ にんじん	
27	月	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		601 25.7
		たまごスープ	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	
		やきにく	あぶら さとう	ぶたにく みそ	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン りんご	
28	火	チキンライス	こめ あぶら	とりにく	たまねぎ えだまめ マッシュルーム	619 24.5
		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 こまつな	
29	水	コッペパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		669 25.4
		じゃがいものベーコンに	じゃがいも さとう	ベーコン	たまねぎ にんじん いんげん	
		にくだんごのケチャップがらめ	さとう あぶら	ミートボール		
		きゅうりのパプリカあえ	さとう ごまあぶら		きゅうり	
30	木	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		635 24.4
		しらたまじる	しらたま	とりにく はんぺん	たまねぎ にんじん えのきたけ こねぎ	
		ぶたにくのしょうがいため	さとう あぶら	ぶたにく	たまねぎ しょうが	
		きりぼしだいこんのすのもの	さとう ごま	こんぶ	きりぼしだいこん きゅうり にんじん	
31	金	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		632 23.7
		ぶたじる	じゃがいも	ぶたにく あつあげ みそ	たまねぎ にんじん ごぼう こんにやく こねぎ	
		サバのソースに	でんぷん さとう あぶら	サバ	しょうが	
		ゆかりあえ		キャベツ にんじん あかしそ		

※都合により献立内容を変更することがあります。

(令和6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。