



# 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	水	ピースわかめごはん	こめ	わかめ	グリーンピース	620 23.9
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		けんちんじる	じゃがいも	とうふ とり	にんじん ごぼう ふかねぎ	
		ちくわのまっちゃあげ	こむぎこ あぶら	ちくわ	まっちゃ	
		アーモンドあえ	さとう アーモンド		キャベツ もやし にんじん	
2	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		678 25.3
		やさいわん	でんぶん	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	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	
		かしわもち	かしわもち			
7	火	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	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	
8	水	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 でんぶん	とり	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	でんぶん 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		
9	木	チキンカレーライス	こめ じゃがいも あぶら	とり 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	
10	金	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 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	
13	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		613 25.3
		ごじる	じゃがいも	とり 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	
14	火	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 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	
		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	
15	水	さらうどん	チャーメン でんぶん 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	
16	木	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	でんぶん	とうふ たまご はんぺん	たまねぎ ふかねぎ	
		ブリのあげに	でんぶん 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	
17	金	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 でんぶん	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	
20	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		600 25.8
		たまごスープ	でんぶん	たまご とり	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	
21	火	コッペパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		615 24.6
		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	
22	水	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		610 27.1
		けんちんじる	じゃがいも	あつあげ とり	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	
23	木	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		665 21.7
		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 でんぶん カシューナッツ	とり くらげ	しょうが ピーマン たけのこ たまねぎ にんじん	
24	金	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		650 24.6
		じゃがいものそぼろに	じゃがいも さとう あぶら	とり	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		
		そくせきづけ			キャベツ きゅうり にんじん	
27	月	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		607 23.4
		はるさめスープ	はるさめ	とり	キャベツ たまねぎ にんじん チンゲンサイ	
		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	
28	火	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	
29	水	チキンライス	こめ あぶら	とり	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	
		ホキのムニエル	こむぎこ バター あぶら	ホキ		
30	木	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	でんぶん 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	
31	金	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 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	

※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。