



5月予定献立表



小学校・中学校

日	曜日	献立名	きのなかま		あかのなかま		みどりのなかま		日	曜日	献立名	きのなかま		あかのなかま		みどりのなかま	
			おもにエネルギーになる		おもにからだをつくるものになる		おもにからだのちょうしをととのえるものになる					おもにエネルギーになる		おもにからだをつくるものになる		おもにからだのちょうしをととのえるものになる	
1	金	ぎょうじしょく こどものひ たけのこごはん さわらのてりやき そくせきづけ とんじる	こめ さとう じゃがいも	あぶら	あぶらあげ サワラ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たけのこ キャベツ たまねぎ こんにゃく ほししいたけ	20	水	カレーライス かいそうサラダ ヨーグルト	こめ じゃがいも こむぎこ はちみつ さとう	バター あぶら ごまあぶら	ぎゅうにく ベーコン ハム	ぎゅうにゅう チーズ ヨーグルト かいそうミックス	にんじん	にんにく たまねぎ りんご キャベツ きゅうり
7	木	うめひじきごはん さんさいうどん こまつなごまあえ	こめ うどん さとう	あぶら ごま	ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん ねぎ こまつな	うめひじき たまねぎ わらび たけのこ えのきたけ もやし	21	木	ごはん しらたきのピリからいため こんさいじる	こめ さとう さといも	ごまあぶら ごま	ぶたにく ちくわ とりにく	ぎゅうにゅう	さやいんげん にんじん ねぎ	こんにゃく しょうが にんにく だいこん ごぼう れんこん ほししいたけ
8	金	ごはん こうやどうふのたまごとじ くきわかめのすのもの	こめ さとう	あぶら	こうやどうふ とりにく たまご かまぼこ	ぎゅうにゅう くきわかめ	にんじん さやいんげん	たまねぎ たけのこ ほししいたけ きゅうり	22	金	まめごはん さかなのしおやき ちしゃもみ なまあげのみそしる	こめ さとう	ごま	サバ ちりめんじゃこ なまあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	サニーレタス レタス にんじん	ぶんどうまめ たまねぎ
11	月	むぎごはん にくじゃが みかんサラダ	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	あぶら	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく キャベツ きゅうり みかん	25	月	ビーンズチャーハン ツナサラダ わかめスープ	こめ さとう	あぶら ごま ごまあぶら	たまご とりにく たいす ツナ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん さやいんげん ねぎ	ごぼう キャベツ きゅうり しろねぎ
12	火	ごはん チリコンカン コールスロー	こめ じゃがいも さとう	あぶら マヨネーズ オリーブオイル	しろいんげんまめ ぎゅうにく ぶたにく ハム	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン トマトみず さやいんげん	たまねぎ にんにく キャベツ とうもろこし	26	火	(セルフホットドック) コッペパン ソーセージ ポイルキャベツ クラムチャウダー	コッペパン じゃがいも こむぎこ	バター	ウインナー あさり ベーコン とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ しめじ
13	水	ごはん とりのこみあげ きんぴらごぼう ふのすましじる	こめ かたくりこ こむぎこ さとう ふ	あぶら	とりにく さつまあげ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん さやいんげん ねぎ	にんにく・しょうが ごぼう こんにゃく たまねぎ しめじ	27	水	ごはん マーボーどうふ ナムル	こめ さとう かたくりこ	ごまあぶら ごま	どうふ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん にら こまつな	にんにく・しょうが たまねぎ ほししいたけ たけのこ もやし・きくらげ
14	木	ビビンバ わかめスープ れいとうみかん	こめ さとう	あぶら ごまあぶら ごま	ぎゅうにく みそ たまご	ぎゅうにゅう わかめ	こまつな	にんにく・しょうが ぜんまい もやし しろねぎ れいとうみかん	28	木	むぎごはん てづくりふりかけ うま ほうれんそうのチーズあえ	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	あぶら ごま	かつおぶし とりにく がんもどき ハム	ぎゅうにゅう チーズ ちりめんじゃこ あおのり	にんじん さやいんげん ほうれんそう	ごぼう れんこん ほししいたけ もやし こんにゃく
15	金	ごはん さけのピカタ レモンあえ やさいのスープに	こめ こむぎこ じゃがいも	あぶら	サケ たまご とりにく	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ	パセリ にんじん	にんにく キャベツ レモンじる たまねぎ かぶ セロリ	29	金	ごはん いわしのアングレース そえやさ とうふのみそしる	こめ かたくりこ さとう パンこ	あぶら	イワシ とうふ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ	しょうが キャベツ たまねぎ えのきたけ
18	月	むぎごはん にくどうふ ゆかりあえ	こめ おおむぎ さとう	あぶら ごま	ぶたにく とうふ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな あかじそふりかけ	たまねぎ はくさい しろねぎ こんにゃく キャベツ	<p>～1日 行事食 端午の節句（こどもの日） </p> <p>5月5日は端午の節句（こどもの日）です。この日は、男の子の成長と健康を祝う行事です。「よろいかぶと」や「こいのぼり」を飾ったり、「ちまき」や「柏餅」を食べたりします。また、お風呂に菖蒲を入れた「菖蒲湯」に入ったりする習わしがあります。今年の給食では、みなさんの健やかな成長を願って筍ごはんを作ります。</p> <p>物資の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。 安芸太田町加計学校給食共同調理場</p>								
19	火	ごはん さかなのしんりょくあげ うのはないため わかたけじる	こめ こむぎこ さとう	あぶら	カツオ たまご おから ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ	ねぎ にんじん	しょうが まっちゃん ごぼう しろねぎ ほししいたけ たけのこ えのきたけ									

牛乳は毎日あります。