

令和元年度



5月 献立表

- 牛乳は毎日つきます。
- 都合により献立の一部を変更することがあります。
- 学校給食における、調理工程および加工品等の微量混入（コンタミネーション）の可能性は回避できません。

月	火	水	木	金
		1	2	3
<p>新作パン登場</p> <p>今年度から3つの新しいパンが給食に登場します。</p> <p>初登場の月はそれぞれ、</p> <p>5月にココア食パン 6月にさつまいもパン 7月にオーリーブパン となっています。</p>	<p>今月の食育献立</p> <p>5月の味めぐりでは、静岡県の郷土料理「静岡おでん」を紹介いたします。牛すじなどの肉からとっただしに濃口しょうゆで味付けをした、黒っぽい煮汁が特徴のおでんです。静岡県焼津市の特産品「黒はんぺん」が入っています。</p>	<p>即位の日</p>	<p>休日</p>	<p>憲法記念日</p>
6	7 ★きれいに食べたで賞	8	9	10
<p>振替休日</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◎ カレーうどん ★ 切り干し大根のレモンマリネ △ きなこクリーム 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ きつね丼 ○ もやしとにらのソテー 	<ul style="list-style-type: none"> ○ ホキのノルウェー風 ◎ 野菜スープ 	<ul style="list-style-type: none"> □ キムチとたくあんのごはん ○ 焼きししゃも ◎ 春雨と肉団子のスープ
<ul style="list-style-type: none"> ◎ 干うどん 豚肉 うすあげ 人参 青ねぎ 玉ねぎ 油 削り節 カレールー 濃しょうゆ ○ ほぐしささみ 切り干し大根 人参 酢 レモン果汁 砂糖 みりん 淡しょうゆ 塩 油 △ きなこクリーム 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 鶏肉 卵 厚揚げ うすあげ 豆腐 人参 青ねぎ 玉ねぎ 干しいたけ 油 削り節 酒 砂糖 濃しょうゆ 淡しょうゆ ○ 豚肉 にら もやし 油 濃しょうゆ 塩 こしょう 	<ul style="list-style-type: none"> ○ ホキ 塩 こしょう でんぷん 油 ケチャップ 砂糖 ウスターソース ◎ 豚肉 じゃがいも 人参 パセリ キャベツ 玉ねぎ 油 チキンコンソメ ローリエ 淡しょうゆ 塩 こしょう 	<ul style="list-style-type: none"> □ アルファ化米 アルファ化もち米 豚バラ肉 白菜キムチ たくあん 青ねぎ 油 中華スープ 塩 淡しょうゆ ごま油 こしょう ○ ししゃも ◎ 春雨 肉団子 人参 青ねぎ 油 キャベツ たけのこ 玉ねぎ 塩 干しいたけ 土しょうが こしょう 鶏がらスープ缶 淡しょうゆ 	
13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> ○ ハンバーグのみかんソース ● ジャーマンポテト ◎ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 和風ラーメン ○ 高野入りフライビーンズ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ さばのみそ煮 ◎ けんちん汁 △ 味付けのり 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ クリームシチュー ○ キャベツとコーンのソテー △ りんごジャム 	<ul style="list-style-type: none"> ○ ピピンバ ◎ ワンタンスープ
<ul style="list-style-type: none"> ○ ハンバーグ 玉ねぎ みかん果汁 油 濃しょうゆ みりん 砂糖 でんぷん ● パセリ じゃがいも 人参 ○ ベーコン 玉ねぎ チキンコンソメ 油 淡しょうゆ 塩 こしょう ◎ 豆腐 干わかめ 青ねぎ 人参 キャベツ えのきたけ 削り節 信州みそ 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 干中華麺 豚肉 人参 青ねぎ チンゲン菜 もやし にんにく 土しょうが 油 煮干し ○ 鶏がらスープ缶 淡しょうゆ 塩 こしょう ○ 高野豆腐 大豆 でんぷん 油 砂糖 濃しょうゆ みりん 	<ul style="list-style-type: none"> ○ さば 土しょうが 濃しょうゆ 砂糖 みりん 酒 信州みそ ◎ 鶏肉 豆腐 つきこんにやく 人参 青ねぎ ごぼう 油 削り節 だし昆布 淡しょうゆ △ 味付けのり 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 鶏肉 じゃがいも 人参 油 玉ねぎ パセリ 牛乳 バター 小麦粉 スキムミルク 粉チーズ 塩 こしょう ○ ベーコン とうもろこし キャベツ 油 淡しょうゆ 塩 こしょう △ りんごジャム 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 豚肉 土しょうが 濃しょうゆ 砂糖 オイスターソース 酒 油 チンゲン菜 人参 もやし 淡しょうゆ 砂糖 白ごま油 ごま油 ◎ ワンタンの皮 鶏肉 人参 にら たけのこ 玉ねぎ 油 干しいたけ ごま油 中華スープ 淡しょうゆ 塩 こしょう
20 食育献立（静岡県）	21	22	23	24
<ul style="list-style-type: none"> ◎ 静岡おでん ○ もやしの甘酢和え 	<ul style="list-style-type: none"> ○ コロッケ ◎ ミネストローネ 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 中華丼 ○ ちくわの含め煮 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ きざみうどん ○ チンゲン菜と たけのこのごま炒め △ ココアクリーム 	<ul style="list-style-type: none"> ○ さわらの照り焼き ◎ じゃがいものそぼろ煮 ● 手作りふりかけ
<ul style="list-style-type: none"> ◎ 鶏肉 ちくわ 黒はんぺん 厚揚げ じゃがいも こんにやく 人参 砂糖 削り節 濃しょうゆ ○ 人参 もやし 白ごま 酢 砂糖 みりん 淡しょうゆ ごま油 	<ul style="list-style-type: none"> ○ コロッケ 油 砂糖 ウスターソース ◎ 鶏肉 ベーコン 手亡豆 人参 パセリ 玉ねぎ トマト水煮缶 キャベツ にんにく 油 ローリエ チキンコンソメ 塩 こしょう 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 豚肉 いか チンゲン菜 人参 玉ねぎ キャベツ たけのこ 土しょうが 油 中華スープ 淡しょうゆ 塩 こしょう でんぷん ごま油 ○ ちくわ 白ごま ごま油 砂糖 濃しょうゆ みりん 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 干うどん 鶏肉 うすあげ 青ねぎ 人参 えのきたけ 削り節 だし昆布 淡しょうゆ ○ 豚肉 チンゲン菜 たけのこ 砂糖 濃しょうゆ 白ごま油 ごま油 塩 こしょう △ ココアクリーム 	<ul style="list-style-type: none"> ○ さわら 砂糖 濃しょうゆ みりん でんぷん ◎ 豚ひき肉 じゃがいも 枝豆 人参 玉ねぎ 油 削り節 砂糖 濃しょうゆ でんぷん ● 削り節 白ごま あおさ粉 みりん 濃しょうゆ
27	28	29 ★きれいに食べたで賞	30	31
<p>運動会代休</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◎ パンネのミートソース ○ キャベツと人参のソテー 	<ul style="list-style-type: none"> ○ さばの塩焼き ★ 茎わかめの炒め煮 ◎ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ マーボー春雨 ○ 揚げぎょうざ △ いちごジャム 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ カレーライス ○ 梅ドレサラダ
<ul style="list-style-type: none"> ◎ パンネマカロニ 豚ひき肉 人参 パセリ 玉ねぎ 油 干しいたけ チキンコンソメ ケチャップ トマトピューレ ウスターソース 塩 こしょう ○ ベーコン 人参 キャベツ 油 淡しょうゆ 塩 こしょう 	<ul style="list-style-type: none"> ○ さば 塩 ● 鶏肉 人参 茎わかめ 玉ねぎ 油 酒 濃しょうゆ 砂糖 ごま油 塩 こしょう ◎ じゃがいも えのきたけ 青ねぎ 人参 玉ねぎ 削り節 信州みそ 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 豚肉 春雨 チンゲン菜 人参 青ねぎ たけのこ 土しょうが にんにく 油 中華スープ 干しいたけ ごま油 濃しょうゆ 砂糖 トウバンジャン 塩 オイスターソース こしょう ○ ぎょうざ 油 △ いちごジャム 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 油 カレールー ケチャップ ローリエ 塩 こしょう ○ とうもろこし 人参 キャベツ ねり梅 ごま油 淡しょうゆ 酢 砂糖 	

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂肪1割分-%	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄分 mg	亜鉛 mg	ビタミンA μgRE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食塩相当量 g	食物繊維 g
5月栄養価平均値	647	24.3	28.8	319	73	1.7	2.7	351	0.52	0.58	20	2.4	3.4