



5月の予定献立表



令和4年度

豊満町学校給食センター

月		火		水		木		金																					
2	① 614 ② 824	3		4		5		6	① 621 ② 741																				
カレーピラフ コンソメスープ 白花豆コロッケ		憲法記念日 		みどりの日 		こどもの日 		みそラーメン 飲むヨーグルト おさかなフライ																					
精白米 強化米 麦 米油 バター 人参 玉ねぎ 鶏肉 加-粉 トマトチャップ ｺｰﾝ いんげん 食塩 こしょう プイソ 玉ねぎ 人参 キャバツ パセリ 食塩 コツメ こしょう ｻｰｼﾞﾝ 白花いんげん豆 じゃがいも ｻｰｼﾞﾝ 砂糖 食塩 パン粉 米油 でん粉								めん 米油 たけのこ 生姜 にんにく にんじん 玉ねぎ もやし 白菜 ｻｰｼﾞﾝ(さば) ｺｰﾝ ｸﾞﾗｰｽﾞ 長ねぎ ひじき つと ごま 豚肉 生乳 乳製品 砂糖 たらすり身 キャバツ 玉ねぎ 人参 でん粉 食塩 パン粉 小麦粉 米油																					
9	① 639 ② 763	10	① 671 ② 844	11	① 665 ② 787	12	① 667 ② 876	13	① 676 ② 862																				
こぎつねごはん みそ汁 いわしの生姜煮		ごはん 八宝菜 春巻		ごはん 鶏肉と大根の煮物 さばの味噌煮		スライスパン チョコクリーム 飲むヨーグルト 野菜スープ きのこリ-ｽﾘｯﾊﾟｰｸﾞ		クリームスパゲティ チキンナゲット																					
精白米 強化米 麦 米油 鶏肉 酒 人参 油揚げ しょうゆ 三温糖 いんげん あじ さば かつお 長ねぎ 小松菜 豆腐 じゃがいも みそ いわし 砂糖 しょうゆ 水あめ 魚醤 生姜		精白米 強化米 麦 豚肉 料理酒 にんじん 玉ねぎ 白菜 うすら卵 ごま油 三温糖 ｻｰｼﾞﾝ 生姜 中華ｽｰﾌﾟ ｸﾞﾗｰｽﾞ でん粉 しょうゆ きくらげ 玉ねぎ キャバツ 豚肉 にんじん でん粉 小麦粉 しょうゆ 春雨 生姜 水あめ 長ねぎ ごま ひじき みりん ｸﾞﾗｰｽﾞ ｸﾞﾗｰｽﾞ-糖		精白米 強化米 麦 鶏肉 生姜 料理酒 大根 昆布 絹厚揚げ こんにやく みりん 三温糖 しょうゆ にんじん ごぼう さば でん粉 みそ 砂糖		小麦粉 砂糖 食塩 ｲｰｽﾄ ｽｷﾝﾈｯﾄﾞ ｸﾞﾗｰｽﾞ 生乳 乳製品 砂糖 さつまいも にんじん ｻｰｼﾞﾝ キャバツ ﾊﾞｰﾈﾘ ｺｰﾝ ｺｰﾝ ｺｰﾝ 小松菜 ﾊﾞｰﾈﾘ(豚肉 鶏肉 玉ねぎ)ﾊﾞｰ ぶなしめじ マツﾀﾞﾐ ｾﾞﾐ ｸﾞﾗｰｽﾞ(乳) ｸﾞﾗｰｽﾞ- 小麦粉 ｸﾞﾗｰｽﾞ 水あめ 砂糖 ｸﾞﾗｰｽﾞ		めん ｸﾞﾗｰｽﾞ 油 ｻｰｼﾞﾝ 玉ねぎ ぶなしめじ ｺｰﾝ 牛乳 生ｸﾘｰﾑ ｷｯﾁﾝｸﾞ ｼｰｽﾞ ｸﾞﾗｰｽﾞ ｻｰｼﾞﾝ ｺｰﾝ 白ｸﾞﾗｰ 人参 いんげん 鶏肉 パン粉 でん粉 おから 砂糖 食塩 香辛料 米粉 米油																					
16	① 610 ② 753	17	① 638 ② 751	18	① 629 ② 750	19	① 626 ② 809	20	① 626 ② 791																				
チャーハン 中華スープ ぎょうざ ブルーベリーゼリー		ごはん 豚汁 さばの生姜煮		菜の華ごはん みそちゃんこ汁 いわしのみぞれ煮		まるパン ミートボールのトマト煮 コロコロサラダ		かき揚げうどん 青うめゼリー																					
精白米 強化米 麦 米油 玉ねぎ にんじん 食塩 ｶｰﾝ ｻｰｼﾞﾝ ｻｰｼﾞﾝ ｼｰｽﾞ ｺｰﾝ ﾐｰﾄﾞｰﾙ 白菜 料理酒 ぶなしめじ ﾌﾞｲｯｼ しょうゆ 春雨 食塩 ｷﾞﾗｰｽﾞ たまねぎ ｲﾗ 鶏肉 豚肉 米油 大豆 ひじき でん粉 しょうゆ 魚介ﾀﾞﾐ 食塩 ｺｰﾝ ﾌﾞﾙｰﾋﾞｰﾘｰ 果実 砂糖 寒天		精白米 強化米 麦 豚肉 酒 ごぼう 人参 長ねぎ じゃがいも 大根 豆腐 つきこんにやく みそ 玉ねぎ さば 水あめ 生姜 しょうゆ		精白米 強化米 麦 大根の葉 大豆 食塩 とり団子 ごぼう 白菜 豆腐 人参 長ねぎ みそ ｸﾞﾗｰｽﾞ 昆布 あじ さば かつお 生姜 油揚げ いわし 大根 でん粉 昆布 しょうゆ 砂糖 酢		小麦粉 砂糖 食塩 ｲｰｽﾄ ｽｷﾝﾈｯﾄﾞ ｸﾞﾗｰｽﾞ ﾊﾞｰﾈﾘ ｻｰｼﾞﾝ ｼｰｽﾞ 玉ねぎ 人参 にんにく ｸﾞﾗｰｽﾞ トマトチャップ ﾌﾞｲｯｼ 三温糖 食塩 大豆 大豆 人参 枝豆 ｺｰﾝ ｻｰ 卵不使用ﾀﾞﾐ(大豆)		めん 鶏肉 にんじん しいたけ しょうゆ 長ねぎ 小松菜 昆布 あじ さば かつお ごぼう つと みりん かき揚げ(玉ねぎ にんじん 小麦粉 米油 ｺｰﾝ 春雨 食塩 ﾊﾞｰ-ｷﾞﾗｰ) ｸﾞﾗｰ ぶどう糖 ｸﾞﾗｰｽﾞ-糖 果糖 うめ果汁																					
23	① 652 ② 756	24	① 667 ② 802	25	① 672 ② 845	26	① 589 ② 802	27	① 694 ② 836																				
ごはん 噴火湾汁 つくねハンバーグ ヨーグルト		ごはん 鶏肉と野菜のごま味噌煮 あじメンチカツ		ごはん ワンタンスープ 酢豚 ひじきのり		スライスパン 海藻スープ チリコンカン ブルーベリージャム		あんかけ焼きそば 枝豆コロッケ																					
精白米 強化米 麦 昆布 みそ 人参 大根 白菜 ほたて ごぼう 豆腐 鮭 つきこんにやく 長ねぎ えのきたけ 鶏肉 パン粉 卵白 でん粉 食塩 チキンｽｷﾝ 長ねぎ 砂糖 しょうゆ 香辛料 玉ねぎ 全粉乳 ｸﾞﾗｰｽﾞ 寒天 香料 脱脂粉乳		精白米 強化米 麦 鶏肉 大根 ひじきボール(たら) ほたけ ひじき 卵白 いんげん 生姜 三温糖 料理酒 みりん 人参 みそ しょうゆ ごま油 ｺｰﾝ こんにやく あじ 玉ねぎ キャバツ パン粉 生姜 しょうゆ 卵 砂糖 食塩 でん粉 米粉 米油 乳		精白米 強化米 麦 ワンタン(ｺｰﾝ) 小松菜 玉ねぎ ｸﾞﾗｰｽﾞ にんじん もやし ｸﾞﾗｰｽﾞ(さば) かつお にんじん ｺｰﾝ ｺｰﾝ 豚肉 しょうゆ 生姜 料理酒 片栗粉 しいたけ 米油 にんじん 玉ねぎ たけのこ ｻｰｼﾞﾝ 食酢 三温糖 トマトチャップ ひじき のり しょうゆ 水あめ でん粉 寒天		小麦粉 砂糖 食塩 ｲｰｽﾄ ｽｷﾝﾈｯﾄﾞ ｸﾞﾗｰｽﾞ ひじき 茎わかめ 昆布 もやし 鶏卵 食塩 人参 長ねぎ ｸﾞﾗｰｽﾞ ｺｰﾝ 豆腐 ｻｰｼﾞﾝ 豚肉 酒 玉ねぎ 人参 ｺｰﾝ 大豆 食塩 ｺｰﾝ トマトチャップ ｸﾞﾗｰｽﾞ ﾌﾞﾙｰﾋﾞｰﾘｰ 砂糖 食物繊維		めん 豚肉 にんにく しょうゆ 人参 玉ねぎ たけのこ しいたけ 白菜 ｻｰｼﾞﾝ 三温糖 中華ｽｰﾌﾟ ごま油 片栗粉 うすら卵 もやし きくらげ ばれいしょ パン粉 枝豆 小麦粉 砂糖 なたね油 でん粉 米油																					
30	① 670 ② 835	31	① 712 ② 890	<p>☆牛乳は毎日つきます(飲むヨーグルトがつく日は牛乳はつきません)</p> <p>☆料理によってスプーンがつきます</p> <p>☆はしは毎日持ってきてください</p> <p>☆献立は都合により変更する場合があります</p> <p>☆5月31日(火)は給食口座振替日です</p>																									
ピビンバ トック入りスープ		ハヤシライス フルーツゼリーあえ		<p>5月平均栄養価</p> <table border="1"> <tr> <td>低学年</td> <td>585 kcal</td> <td>23.4 g</td> <td>19.8 g</td> <td>2.1 g</td> </tr> <tr> <td>中学年</td> <td>649 kcal</td> <td>25.4 g</td> <td>20.8 g</td> <td>2.4 g</td> </tr> <tr> <td>高学年</td> <td>717 kcal</td> <td>27.4 g</td> <td>21.9 g</td> <td>2.6 g</td> </tr> <tr> <td>中学生</td> <td>806 kcal</td> <td>30.8 g</td> <td>24.7 g</td> <td>3.1 g</td> </tr> </table> <p>☆食材の配合等ご不明な点がありましたら 給食センター(83-2264)までご連絡ください。</p>						低学年	585 kcal	23.4 g	19.8 g	2.1 g	中学年	649 kcal	25.4 g	20.8 g	2.4 g	高学年	717 kcal	27.4 g	21.9 g	2.6 g	中学生	806 kcal	30.8 g	24.7 g	3.1 g
低学年	585 kcal	23.4 g	19.8 g	2.1 g																									
中学年	649 kcal	25.4 g	20.8 g	2.4 g																									
高学年	717 kcal	27.4 g	21.9 g	2.6 g																									
中学生	806 kcal	30.8 g	24.7 g	3.1 g																									
精白米 強化米 麦 豚肉 生姜 にんにく にんじん しいたけ みそ みりん 三温糖 豆板醤 もやし ほうれん草 ごま ごま油 大豆 しょうゆ トック(うるち米 でん粉 食塩) 豚肉 白菜 中華ｽｰﾌﾟ しょうゆ 食塩 ｺｰﾝ 長ねぎ 人参		精白米 強化米 麦 玉ねぎ 人参 じゃがいも ぶなしめじ ｻｰｼﾞﾝ バター 生姜 にんにく ｻｰｼﾞﾝ 生ｸﾘｰﾑ 豚肉 ﾊﾞｲﾝ 洋梨 みかん果汁 ｸﾞﾗｰｽﾞ-糖																											