



5月の予定献立表



令和5年度

豊満町学校給食センター

月		火		水		木		金	
1	⑥ 626 ④ 838	2	⑥ 696 ④ 859	3		4		5	
カレーピラフ コンソメスープ しろはなまめ 白花生コロッケ		ごはん はっほうさい 八宝菜 ひじき春巻		けんぼうきねんび 憲法記念日		みどりの日		こどもの日	
精白米 強化米 麦 パター 米油 人参 玉ねぎ 鶏肉 加工粉 トマトチリソース アミノ酸 食塩 こしょう ヨソ いんげん 玉ねぎ 人参 キハチ バッロ 小松菜 ヨソメ こしょう かつお 白花生いんげん豆 じゃがいも パター 砂糖 食塩 パン粉 米油 でん粉		精白米 強化米 麦 豚肉 料理酒 人参 玉ねぎ 白菜 がらスープ しょうゆ 三温糖 うすら卵 ビーフ 主要 中華スープ 片栗粉 ごま油 きくらげ 人参 豚肉 ひじき しょうゆ でん粉 砂糖 酒 だし粉 小麦粉 食塩 でん粉 米油 ⑥ たけのこ ごま油 香辛料 ④ わけり 春巻 玉ねぎ							
8	⑥ 635 ④ 790	9	⑥ 635 ④ 748	10	⑥ 695 ④ 807	11	⑥ 601 ④ 811	12	⑥ 626 ④ 791
ごはん すい 水ぎょうざ マーボー大根		ごはん 豚汁 さばの味噌煮		な 菜の華ごはん 貝だくさん汁 チキンみそカツ ミニかしわもち		スライスパン 野菜スープ きのこソーダバーグ チョコクリーム		かき揚げうどん 青うめゼリー	
精白米 強化米 麦 水餃子にま 豚肉 鶏肉 小麦 大豆 小松菜 がらスープ しょうゆ こしょう 食塩 ごま 玉ねぎ 人参 豆腐 生姜 にんにく 豚肉 料理酒 人参 長ねぎ いら しょうゆ みそ 豆腐 醤油 ごま 大根 大豆 片栗粉 三温糖 米油		精白米 強化米 麦 豚肉 料理酒 ごぼう 人参 玉ねぎ じゃがいも 大根 豆腐 つきこんにやく みそ 長ねぎ さば 小麦粉 みそ グラニュー糖 ざらめ糖		精白米 強化米 麦 大根の葉 大豆 食塩 豚肉 料理酒 小松菜 豆腐 えのきたけ 長ねぎ 大根 玉ねぎ 人参 あじ さば いわし かつお みそ ごぼう 油揚げ 鶏肉 みそ 食塩 パン粉 小麦粉 でん粉 香辛料 植物油 米油 米粉 こしあん 米粉 砂糖 加工でん粉		小麦粉 砂糖 食塩 イースト 片栗粉 マガリツ さつまいも 人参 ビーフ キハチ バッロ ヨソメ こしょう 小松菜 ハバーク (豚肉 鶏肉 玉ねぎ) パター ぶなしめじ マツタケ デミタラソース ココアケキ 小麦粉 脱脂粉乳 水あめ 砂糖 ヨトコツ 食塩		めん 鶏肉 人参 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 人参) 小松菜 米油 ごぼう 春巻 食塩 4-7g 砂糖	
15	⑥ 620 ④ 744	16	⑥ 624 ④ 772	17	⑥ 662 ④ 803	18	⑥ 619 ④ 797	19	⑥ 694 ④ 836
こぎつねごはん みそ汁 たこメンチカツ		ごはん マーボー豆腐 ハリハリサラダ		ごはん 飲むヨーグルト どさんこ汁 大豆の五目煮		ココアパン ミートボールのトマト煮 コロコロサラダ		あんかけ焼きそば 枝豆コロッケ	
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 いわし 長ねぎ 小松菜 豆腐 じゃがいも みそ ④ カキ揚げ しょうゆ ④ たこ でん粉 食塩 砂糖 紅生姜 ④ パン粉 小麦粉 米油		精白米 強化米 麦 生姜 にんにく 豚肉 料理酒 人参 長ねぎ いら しょうゆ 三温糖 みそ 豆腐 醤油 ごま油 片栗粉 大豆 豆腐 切り干し大根 きゅうり ハム ごま 青じそドレッシング(ルイベ) かつお節(干し魚)		精白米 強化米 麦 生乳 乳製品 砂糖 豚肉 料理酒 人参 じゃがいも ヨソ 豆腐 味噌 あじ さば かつお いわし パター 長ねぎ ごぼう えのきたけ 長ねぎ 大豆 鶏肉 米油 にんじん しらたき ひじき いんげん みりん 酒		小麦粉 砂糖 食塩 イースト 片栗粉 マガリツ ヨソ ④ ミートボール じゃがいも 玉ねぎ 人参 にんにく タイトマト トマトチリソース アミノ酸 食塩 三温糖 食塩 大豆 大豆 人参 枝豆 ヨソ ツナ 卵不使用マヨネーズ(大豆)		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 ビーフ 三温糖 中華スープ 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 乳	
22	⑥ 614 ④ 798	23	⑥ 639 ④ 829	24	⑥ 712 ④ 890	25	⑥ 630 ④ 810	26	⑥ 604 ④ 785
ごはん おでん 鶏ねぎ黒胡椒メンチ		ごはん 相性汁(豆乳入り) 豚肉の生姜焼き ④ ベビーチーズ		ハヤシライス フルーツゼリー和え		まるパン グラタン風煮 ほうれん草とヨソのサラダ		みそラーメン 鶏から揚げ	
精白米 強化米 麦 大根 人参 こんにやく うすら卵 がんもどき ひじき(木)たら(ほ)っけ 卵白 三温糖 しょうゆ 酒 昆布 鶏肉 長ねぎ 鶏卵 パン粉 加工でん粉 黒コショウ 食塩 砂糖 米粉 食塩 砂糖 でん粉 白こしょう 米油		精白米 強化米 麦 鶏肉 さつまいも 人参 キハチ 大根 長ねぎ 豆腐 あじ さば かつお いわし みそ 油揚げ 小松菜 豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 しょうゆ しょうゆ 食塩 砂糖 米油 三温糖 加工でん粉		精白米 強化米 麦 玉ねぎ 人参 じゃがいも ぶなしめじ ビーフ パター 生姜 にんにく ハツタケ 生クリーム 豚肉 洋なし 甘夏みかん みかんゼリー (みかん果汁 グラニュー糖)		小麦粉 砂糖 食塩 イースト 片栗粉 マガリツ 米油 人参 玉ねぎ 鶏肉 じゃがいも アミノ酸 牛乳 パター 小麦粉 食塩 こしょう ヨソメ チーズ マカロニ アスパラガス ほうれん草 コーン ハム 青じそドレッシング(ルイベ) かつお節(干し魚)		めん 米油 豚肉 料理酒 生姜 にんにく 人参 玉ねぎ もやし 白菜 ヨソメ(ほう)ろい(そ) じゃがいも ひじき つと いら(こ)ま ④ たけのこ 鶏肉 しょうゆ 小麦粉 水あめ 生姜 みりん 砂糖 食塩 生姜 米油 香辛料 なたね油 でん粉 ヨソメ(ほう)ろい(そ) 豆腐	
29	⑥ 653 ④ 765	30	⑥ 654 ④ 766	31	⑥ 668 ④ 783	★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) ★料理によってスプーンがつきます ★給食のお米は、豊満産を使用しています ★はしは毎日持ってきてください ★献立は都合により変更する場合があります ★5月31日(水)は給食口座替振日です 5月平均栄養価表 ④たんぱく質 ④脂質 ④塩分 低学年 575 kcal 22.1 g 19.5 g 2.1 g 中学年 645 kcal 24.3 g 20.6 g 2.3 g 高学年 715 kcal 26.2 g 21.7 g 2.5 g 中学生 801 kcal 29.5 g 24.7 g 2.9 g ★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。			
ごはん 飲むヨーグルト みそちゃんこ汁 若鶏のごま照り焼き		チャーハン 中華スープ 中華ラビオリ		ごはん かぼちゃもち汁 釧路産鱈ザンギ 米粉のレモンマフィン					
精白米 強化米 麦 生乳 乳製品 砂糖 とり団子 ごぼう 白菜 豆腐 人参 長ねぎ みそ がらスープ 昆布 あじ さば かつお いわし 生姜 油揚げ 鶏肉 パン粉(乳) ごま しょうゆ 砂糖 魚介入り 植物油 砂糖 魚介入り 香辛料		精白米 強化米 麦 米油 玉ねぎ 中華スープ 人参 ビーフ ツナ ヨソ ④ しいたけ 食塩 こしょう アミノ酸 しょうゆ 春雨 食塩 しょうゆ ④ 玉ねぎ 生姜 にんにく 豚肉 豆腐 鶏肉 しょうゆ から揚げ(む) じゃがいも(で)ん(粉) にんにく(み)そ 砂糖 ④ご(ま) ④ でん(粉) 砂糖 魚介入り 豚肉入り 香辛料		精白米 強化米 麦 かぼちゃもち 豆腐 大根 人参 ごぼう 鶏肉 つきこんにやく 長ねぎ あじ さば かつお いわし しょうゆ みりん 食塩 ④ しょうゆ から揚げ(む) じゃがいも(で)ん(粉) にんにく(み)そ 砂糖 ④ご(ま) ④ でん(粉) 砂糖 魚介入り 豚肉入り 香辛料					