

学校給食こんだて表

令和4年5月



小竹町学校給食共同調理場

日付 曜日	献立名 ●=主食 ○=おかずなど	牛乳	使われている食品と体内での主な働き						エネルギー (kcal)
			主に体をつくるものになる		主に体の調子を整えるものになる		主にエネルギーのもとになる		
			あか	みどり	き	き	き		
2 (月)	●ごはん ○かつおのしょうがに ○さやいんげんのごまマヨネーズあえ ○うおそうめんじる ○かしわもち	☆	かつお うおそうめん	ぎゅうにゅう わかめ かしわもち	にんじん アスパラ いんげん ねぎ	キャベツ しいたけ	こめ きょうかまい	ごま ノンエッグマヨ	614
6 (金)	●むぎごはん ○きゅうりとちくわのすのもの ○こうやどうふのうまに	☆	ちくわ とりにく たまご こうやどうふ てんぷら	ぎゅうにゅう しらすぼし	にんじん きぬさや	キャベツ きゅうり たけのこ しいたけ たまねぎ	きょうかまい こめ おしむぎ さとう じゃがいも	ごま オリーフゆ	601
9 (月)	●とりごぼうピラフ ○おからサラダ ○はるさめスープ ○ムース	☆	とりにく ハム おから ぶたにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト ムース	いんげん にんじん ちんげんさい	ごぼう たまねぎ きゅうり コーン えだまめ しいたけ きくらげ	こめ はるさめ	マーガリン ノンエッグマヨ ごまあぶら	654
10 (火)	●ぶどうパン ○さらうどん ○ちゅうかサラダ	☆	ぶたにく えび いか ハム	ぎゅうにゅう	にんじん きぬさや	もやし きくらげ たまねぎ キャベツ きゅうり	ぶどうパン てんぷん あげめん さとう	ごまあぶら	644
11 (水)	●むぎごはん ○ちくわのにしょくあげ ○ほうれんそうのごまあえ ○とうふのすましじる	☆	たまご ちくわ あぶらあげ かまぼこ とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう ねぎ	もやし キャベツ しいたけ たまねぎ	おしむぎ こめ きょうかまい はくりきこ さとう	あぶら ごま	650
12 (木)	●けんさんむぎしょくパン ○マーガリン ○チリコンカン ○ごぼうとツナのサラダ	☆	ぎゅうにく ぶたにく だいす まぐろ	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ きゅうり マッシュルーム にんにく ごぼう レモンじる	パン じゃがいも	マーガリン あぶら ノンエッグマヨ	630
13 (金)	●むぎごはん ○あつやきたまご ○くきわかめのいために ○だいこんのみそじる	☆	たまご とりにく てんぷら あぶらあげ とうふ みそ	ぎゅうにゅう くきわかめ	いんげん にんじん	だいこん エノキ たまねぎ	きょうかまい こめ おしむぎ さとう	オリーフゆ	581
16 (月)	●ごはん ○さばのごまみそに ○きりぼしだいこんのいために ○わかたけじる	☆	さば てんぷら あぶらあげ かまぼこ とうふ	ぎゅうにゅう めひじき わかめ	いんげん にんじん	しいたけ だいこん エノキ たけのこ	こめ ぶ きょうかまい さとう	オリーフゆ	598
17 (火)	●ミルククレセントロール ○ささみチーズカツ ○フレンチサラダ ○ラビオリスープ	☆	とりにく	ぎゅうにゅう	あかピーマン アスパラ にんじん	コーン たまねぎ キャベツ きゅうり	ミルクパン じゃがいも ラビオリ	あぶら アーモンド ドレッシング	618
18 (水)	●むぎごはん ○チンジャオーロースー ○ニラたまスープ	☆	ぶたにく とりにく たまご	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン にら	たけのこ たまねぎ にんにく きくらげ	きょうかまい こめ おしむぎ さとう てんぷん	ごまあぶら あぶら	577
19 (木)	★セルフバーガーのひ ●かしわがたパン ○てりやきハンバーグ ○ゆでやさい ○クラムチャウダー	☆	ハンバーグ ベーコン とりにく あさり	ぎゅうにゅう クリーム チーズ	にんじん	きゅうり キャベツ しょうが たまねぎ マッシュルーム グリーンピース	パン さとう じゃがいも はくりきこ	あぶら バター	670
20 (金)	●ピースごはん ○ぎゅうにくコロケ ○さんしょくあえ ○だいすのごもくに	☆	とりにく だいす あつあげ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん きぬさや	グリーンピース もやし れんこん ごぼう こんにゃく しょうが	こめ コロケ さとう	あぶら ごま オリーフゆ	663
23 (月)	●むぎごはん ○ぶたにくのしょうがいため ○じゃがいものみそじる	☆	ぶたにく あつあげ みそ	ぎゅうにゅう	ちんげんさい あかピーマン にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが しめじ	おしむぎ こめ きょうかまい さとう じゃがいも	オリーフゆ	614
24 (火)	●はいがしょくパン ○マーマレードジャム ○ほうれんそうオムレツ ○もやしソテー ○マロニスー	☆	オムレツ ベーコン とりにく えび	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん	もやし コーン キャベツ たまねぎ	はいがパン マーマレード マロニ	オリーフゆ ごまあぶら	624
25 (水)	●ごはん ○ししゃもフライ ○もやしのナムル ○はっほうさい	☆	うすらたまご ぶたにく かまぼこ いか えび	ぎゅうにゅう ししゃも	ほうれんそう にんじん きぬさや	もやし キャベツ たまねぎ たけのこ しいたけ しょうが	きょうかまい こめ さとう てんぷん	あぶら ごま ごまあぶら	611
26 (木)	●フォカッチャ ○ペネポロネーゼ ○たことじゃがいものサラダ	☆	ぎゅうにく ぶたにく たこ	ぎゅうにゅう	トマト にんじん	マッシュルーム グリーンピース たまねぎ にんにく	フォカッチャ マカロニ じゃがいも	あぶら ドレッシング	665
27 (金)	●○おやこどん (むぎごはん) ○とうふとじゃこのサラダ ○アセロラゼリー	☆	とりにく たまご てんぷら とうふ	ぎゅうにゅう しらすぼし	きぬさや にんじん アスパラ あかピーマン	たまねぎ しいたけ キャベツ きゅうり	こめ おしむぎ きょうかまい さとう アセロラゼリー	オリーフゆ ドレッシング	613
30 (月)	●むぎごはん ○シーフードカレー ○フルーツカクテル	☆	とうにゅう シーフード	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ えだまめ しょうが にんにく みかん パイン おうとう	きょうかまい おしむぎ こめ じゃがいも	オリーフゆ	616
31 (火)	●コッペパン ○とりにくのバーベキューソース ○ほうれんそうとコーンのソテー ○スコッチブロス	☆	とりにく ベーコン しろいんげん	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん	にんにく しょうが レモンじる コーン エリンギ キャベツ たまねぎ セロリー	パン さとう てんぷん むぎ	あぶら バター オリーフゆ	621

※こんだてや材料は、入荷状況などの都合で変更することがあります。

今月の給食について

2日 こどもの日のこんだて
10日 郷土料理【長崎県】
26日 世界の料理【イタリア】

お楽しみに！！



～おしらせ～

給食費の納入について、ご協力をお願いします。
給食費の口座振替日は、**5月25日(水)**です。