




令和元年  
5月

給食予定献立表

日	曜日	主食	牛乳	献立名	血や肉、骨や歯になるもの	からだの調子を整える	体を動かす 熱や力になるもの	低学年 kcal	中学年 kcal	高学年 kcal
7	火	ご飯		鮭のムニエル ブロッコリー スパゲティサラダ 紅白だんご	鮭 ハム 牛乳	ブロッコリー きゅうり コーン にんじん	米 小麦粉 バター スパゲティ マヨネーズ 紅白だんご	569	680	788
8	水	ロールパン		鶏肉のから揚げ キャベツ・パセリ ジャーマンポテト アーモンド	鶏肉 卵 ベーコン 牛乳	キャベツ パセリ たまねぎ ピーマン	ロールパン 片栗粉 油 じゃがいも バター アーモンド	559	664	771
9	木	たけのこごはん		たらの南蛮漬け しめじとベーコンの卵炒め オレンジ	豚肉 油あげ たら ベーコン 卵 牛乳	たけのこ にんじん しめじ グリーンピース たまねぎ パプリカ オレンジ	米 こんにやく 片栗粉 油 砂糖	560	664	769
10	金	ドライカレー		りんごのパパロア	牛豚ひき肉 牛乳	たまねぎ にんじん パセリ	米 油 りんごのパパロア	544	645	746
11	土	ハヤシライス		いちごタルト	牛肉 牛乳	たまねぎ しめじ	米 いちごタルト	558	661	766
13	月	三色丼		プリンアラモード	牛豚ひき肉 卵 牛乳	ほうれん草	米 砂糖 油 プリンアラモード	530	632	729
14	火	ご飯		さばのしょうゆ煮 スナックえんどう 高野の卵とし 糸こんにやくのきんぴら	さば 高野豆腐 卵 赤板 牛乳	にんじん みつば しょうが スナックえんどう ごぼう	米 砂糖 ごま油 ごま 糸こんにやく	556	666	768
15	水	コッペパン		ハムカツ ミックス野菜 焼きそば バナナ	ハム 豚肉 赤板 牛乳	キャベツ にんじん きゅうり ねぎ バナナ	コッペパン 小麦粉 パン粉 油 スパゲティ	551	653	752
16	木	菜めし		肉じゃが もやしの甘酢あえ えびしゅうまい	牛肉 ちくわ えびしゅうまい 油あげ 牛乳	だいこん菜 たまねぎ にんじん グリーンピース もやし きゅうり	米 じゃがいも しらたき ごま 砂糖	546	650	751
17	金	ご飯		鶏肉のピカタ アスパラガス マゼドアンサラダ 枝豆	鶏肉 卵 焼豚 牛乳	アスパラガス きゅうり 枝豆 りんご	米 小麦粉 マヨネーズ さつまいも	558	661	765
18	土	他人丼		青りんごゼリー	牛肉 卵 赤板 牛乳	たまねぎ ねぎ	米 砂糖 青りんごゼリー	521	620	714
20	月	ご飯		筑前煮 ちりめんの酢物 はるまき	鶏肉 ちくわ ちりめん わかめ はるまき 牛乳	にんじん れんこん ごぼう さやいんげん きゅうり	米 砂糖 油	546	651	753
21	火	ご飯		豚肉のみそ焼き コーン キャベツと小松菜のピーナッツあえ 五目大豆煮	豚肉 みそ 大豆 ちくわ 牛乳	しょうが コーン キャベツ 小松菜 にんじん れんこん	米 砂糖 ピーナッツ こんにやく	548	651	749
22	水	ロールパン		照焼きハンバーグ さやいんげん 和風スパンテー りんご	牛豚ひき肉 卵 ベーコン 牛乳	たまねぎ さやいんげん パプリカ しめじ りんご	ロールパン パン粉 片栗粉 砂糖 スパゲティ	555	660	763
23	木	ご飯		八宝菜 さつまいもの天ぷら しそあえ	豚肉 いか 卵 牛乳	にんじん たまねぎ たけのこ 白菜 ヤングコーン キャベツ さやいんげん きゅうり しそ	米 片栗粉 さつまいも 小麦粉 油	561	666	773
24	金	ポークカレーライス		フレンチサラダ ミニオムレツ パイナップル	豚肉 ハム ミニオムレツ 牛乳	にんじん たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり パイナップルかん	米 じゃがいも ドレッシング バター	583	695	806
27	月	ご飯		かに玉 ブロッコリー 三色ナムル 肉だんご	卵 かにかま 焼豚 肉だんご 牛乳	たけのこ ねぎ しいたけ グリーンピース ブロッコリー ほうれん草 にんじん もやし しょうが にんにく	米 片栗粉 ごま油 砂糖 ごま	551	655	757
28	火	ご飯		さわら電田揚げ キャベツ・にんじん きんぴら みたらしだんご 新たまねぎのみそ汁	さわら 卵 みそ 牛乳	キャベツ にんじん ごぼう ピーマン たまねぎ	米 片栗粉 油 ごま 砂糖 みたらしだんご	555	659	761
29	水	コッペパン		カレーポテトクロック キャベツ・パセリ マカロニサラダ アメリカンチェリー	豚ひき肉 卵 ハム 牛乳	たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり アメリカンチェリー	コッペパン じゃがいも 砂糖 小麦粉 パン粉 油 マカロニ マヨネーズ	553	657	760
30	木	わかめご飯		酢豚 きゅうりと油あげの酢物 杏仁豆腐	豚肉 油あげ わかめ 牛乳	しょうが たまねぎ にんじん ピーマン きゅうり	米 片栗粉 油 砂糖 杏仁豆腐	550	656	757
31	金	ご飯		焼きとり さやいんげん・コーン ポテトサラダ ほうれん草のごまあえ	鶏肉 ハム 牛乳	さやいんげん コーン にんじん きゅうり たまねぎ ほうれん草	米 砂糖 ごま じゃがいも マヨネーズ	546	650	750