



5月献立表



令和6年度

©菊川市

©菊川市

菊川市立菊川学校給食センター

※だしやエキス、食品添加物等の記載はしていません。

日 曜	こんだて	きいろのしょくひん ねつやちからになるもの		あかいろのしょくひん 体をくするもの		みどりいろのしょくひん 体のちようしをとのえるもの		その他の 調味料	【栄養価】 たんぱく質 脂質 糖質			お知らせ
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無糖質	ビタミン			幼	小	中	
1 (水)	ちやめし	米				粉茶		酒 塩	463 17.7 16.7 1.8	568 20.9 19.1 2.8	690 24.6 21.9 2.7	八十八夜献立
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	ハンバーグ・おろしソース	でん粉 砂糖 じゃがいも	油	とり肉 ぶた肉 大豆		玉ねぎ だいこん しょうが	醤油 みりん ケチャップ 塩					
	わかめのごまドレサラダ				わかめ	キャベツ きゅうり もやし	ごまドレッシング(ごま)					
	じゃがいものみそ汁	じゃがいも		豆腐 みそ 油あげ		玉ねぎ 小松菜						
2 (木)	ごはん	米							433 21.0 13.6 1.6	584 27.0 15.6 2.1	738 32.3 18.4 2.7	子どもの日 献立
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	かつおのみそがらめ	でん粉 砂糖	油	かつお みそ		しょうが	ケチャップ みりん					
	やさいのごまあえ		ごま			ほうれん草 もやし にんじん	醤油 砂糖					
	わかたけじる			なると	わかめ	たけのこ にんじん えのきたけ 葉ねぎ	醤油 みりん 酒 塩					
こどものひゼリー	砂糖		豆乳		りんご果汁 レモン果汁							
7 (火)	コッパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩	474 21.1 18.8 2.0	619 26.6 22.7 2.7	768 32.3 27.1 3.6		
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	オムレツ	砂糖	油	卵			塩 酢					
	コーンサラダ	砂糖	油			キャベツ とうもろこし 小松菜	酢 塩 こしょう					
	ポークビーンズ	じゃがいも 砂糖	油	ぶた肉 大豆		玉ねぎ にんじん トマト	ケチャップ ソース ワイン コンソメ 塩 こしょう					
8 (水)	ごはん	米						421 20.6 15.8 1.6	573 25.9 18.3 2.1	742 33.0 21.7 2.5		
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	とりにくのてりやき	砂糖		とり肉		しょうが にんにく	醤油 酒 みりん					
	ポテトサラダ	じゃがいも				枝豆 にんじん	カレージョウ(大豆) 酢 塩 こしょう					
	はるキャベツのみそしる			豆腐 みそ 油あげ	わかめ	キャベツ 玉ねぎ にんじん 根深ねぎ						
9 (木)	ちゅうかめん	小麦粉						505 18.1 21.3 2.3	588 22.0 22.0 2.9	762 27.0 28.1 3.9		
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	はるまき	小麦粉 米粉 春雨 でん粉 砂糖	油 ショートニング	ぶた肉		にんじん 玉ねぎ キャベツ しょうが 干ししいたけ	醤油 塩					
	かいそうサラダ	砂糖	ごま油		わかめ 茎わかめ 昆布 とさかのり のり	キャベツ きゅうり	醤油 酢 塩 こしょう					
	しょうゆラーメンスープ	でん粉		ぶた肉 なると		もやし チンゲン菜 にんじん たけのこ 根深ねぎ	醤油ラーメンスープ 鶏ガラスープ 醤油 塩 こしょう					
10 (金)	むぎごはん	米 麦						512 17.1 20.2 2.0	696 21.7 24.4 2.4	886 26.9 28.5 3.2		
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	やさいコロッケ	じゃがいも パン粉 小麦粉 砂糖 とうもろこし粉	油	大豆		にんじん グリンピース 玉ねぎ	こしょう 塩					
	キャベツとこまつなのソテー		油			キャベツ 小松菜 にんじん	コンソメ 塩 こしょう					
	ポークカレー	じゃがいも	油 ココナッツ	ぶた肉	脱脂粉乳 チーズ	玉ねぎ にんじん トマトピューレ にんにく りんごピューレ	カレールウ3種 (ハチマタ・大豆・乳・ 小麦・りんご) ソース ワイン 鶏ガラスープ 塩 こしょう					
13 (月)	ごはん	米						407 20.3 15.0 1.9	557 25.9 17.4 2.6	717 32.2 20.3 3.1		
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	ぶたにくのしょうがやき	砂糖 でん粉	油	ぶた肉		玉ねぎ しょうが	醤油 酒					
	きゅうりのひたひた	砂糖	ごま油	かつお節		きゅうり	醤油 酢 唐辛子					
	とうふのみそしる			豆腐 みそ 油あげ	わかめ	小松菜 にんじん えのきたけ 根深ねぎ						
14 (火)	こくとうパン	小麦粉 黒糖 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩	403 21.7 16.1 1.8	589 28.8 20.2 2.6	743 36.4 24.2 3.3		
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	おちゃチキン		オリーブ油	とり肉		にんにく 粉茶	ワイン 醤油 塩 こしょう					
	マカロニサラダ	マカロニ				きゅうり とうもろこし	カレージョウ(大豆) 塩 こしょう					
	やさいスープ			ぶた肉		キャベツ 玉ねぎ にんじん 小松菜	鶏ガラスープ コンソメ ワイン 塩 こしょう					
15 (水)	ごはん	米						428 19.0 17.3 1.8	584 24.3 20.5 2.2	754 29.9 24.5 2.7		
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	さわらのあまからあえ	でん粉 砂糖	油	さわら			醤油 みりん					
	キャベツのこんぶあえ				塩昆布	キャベツ きゅうり レモン果汁	塩					
	けんちんじる	里いも	ごま油	豆腐 油あげ		大根 こんにゃく にんじん 小松菜 根深ねぎ	醤油 酒 塩					
16 (木)	ごはん	米						433 17.7 13.6 1.3	585 21.4 15.0 1.7	755 26.6 17.7 2.4		
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	とうふのみそでんがく	砂糖 でん粉	油	豆乳 みそ			みりん 酒					
	やさいののりすあえ	砂糖	ごま ごま油	のり		もやし ほうれん草 にんじん	醤油 酢					
	にくじゃが	じゃがいも 砂糖	油	ぶた肉		玉ねぎ こんにゃく にんじん さやいんげん 干ししいたけ	醤油 みりん 酒					
17 (金)	ごはん	米						433 17.7 13.6 1.3	581 21.4 15.0 1.7	733 28.9 21.5 2.6		
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	あつやきたまご	砂糖 でん粉	油	卵			酢 みりん 醤油 塩					
	ツナとひじきのうまに	砂糖	油	まぐろ	ひじき	にんじん さやいんげん	醤油 みりん 酒					

日 曜	こんだて	きいろのしょくひん ねつやちかになるもの		あかいろのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちようしをとのえるもの ビタミン	その他の 調味料	エネルギー たんぱく質 脂質 糖質			お知らせ	
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無糖質			幼	小	中		
20 (月)	ごはん	米										
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	いわしのおかか	砂糖 でん粉		いわし かつお節			醤油 みりん 塩	426	578	707		
	きりぼしだいごんのはりはりあえ	砂糖	ごま油 ごま			切り干し大根 きゅうり にんじん	醤油 酢 塩	19.3	24.0	27.3		
	かきたまじる	でん粉		卵 豆腐		玉ねぎ にんじん ほうれん草 干ししいたけ	醤油 塩	17.2	20.0	21.5		
21 (火)	きくがわちやあずきパン	小麦粉 小豆 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳	粉茶	イースト 塩					
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	やさいグラタン	じゃがいも 米粉 砂糖	ショートニング 油	豆乳 おから 大豆粉		玉ねぎ にんじん とうもろこし ほうれん草	塩	508	688	885	ふるさと給食	
	ごぼうサラダ	砂糖	ごま			ごぼう きゅうり にんじん	ごまドレッシング (ごま) 醤油 みりん	15.9	21.4	26.1		
	ポトフ	じゃがいも		ウインナー		キャベツ 玉ねぎ にんじん	鶏ガラスープ コンソメ 塩 こしょう	23.4	27.5	35.3		
							1.9	2.4	3.4			
22 (水)	ごはん	米										
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	ユーリンチー	でん粉 砂糖	油 ごま油	とり肉		根菜ねぎ しょうが	醤油 酢 塩 こしょう	444	608	788		
	はるさめサラダ	春雨 砂糖	ごま ごま油			もやし きゅうり にんじん	醤油 酢	18.7	24.9	31.7		
	ワンタンスープ	ワンタン		ベーコン なた		玉ねぎ チンゲン菜 にんじん えのきたけ 葉ねぎ	鶏ガラスープ 醤油 中華だし 塩 こしょう	15.1	17.8	21.1		
							2.2	2.8	3.4			
23 (木)	ソフトめん	小麦粉					塩					
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	おまめのかりんとう	でん粉 砂糖	油 黒ごま	大豆			醤油 酢	492	617	778		
	フレンチサラダ	砂糖	油			キャベツ きゅうり とうもろこし	酢 塩 こしょう	20.8	25.9	32.3		
	ミートソース	砂糖	油	ぶた肉	脱脂粉乳 チーズ	玉ねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース トマトピューレ	パセリ (小麦) ケチャップ ソース ワイン コンソメ 塩 こしょう	17.8	21.3	25.5		
							2.0	2.3	3.1			
24 (金)	ごはん	米										
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	くろはんべんフライ	パン粉 小麦粉	油	黒はんぺん (さば)			塩 こしょう	398	578	727		
	やさいのあかじそあえ					キャベツ きゅうり	ゆかり粉 塩	15.4	20.8	24.4		
	おがさまてんみそしる	じゃがいも		豆腐 みそ 油あげ	わかめ	玉ねぎ にんじん 小松菜 こんにゃく		14.4	17.8	20.2		
							2.0	2.8	3.5			
27 (月)	グリーンピースごはん	米		寒天	グリーンピース		塩					
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	ぶたにくのわふうソースいため	砂糖 でん粉	油	ぶた肉		大根 りんごピューレ しょうが	醤油 酒 みりん	438	578	756		
	やさいのたくあんあえ		ごま	塩昆布		キャベツ たくあん きゅうり		21.4	27.0	33.7		
	つみれじる			いわしつみれ 油あげ	わかめ	大根 にんじん しめじ 根菜ねぎ	醤油 みりん 酒 塩	15.6	18.3	21.5		
							2.8	3.7	4.6			
28 (火)	コッパパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩					
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	ホキフライ・ソースかけ	パン粉 小麦粉 砂糖	油	ホキ			ソース ケチャップ ワイン 塩 こしょう	483	628	781		
	スパゲティナポリタン	スパゲティ	油	とり肉	チーズ	玉ねぎ しめじ ピーマン にんじん	ケチャップ ソース 塩 こしょう	21.7	27.1	33.0		
	にくだんごとやさいのスープ	肉団子 (小麦)		肉団子 (とり肉 ぶた肉)		玉ねぎ キャベツ チンゲン菜 にんじん	鶏ガラスープ コンソメ ワイン 塩 こしょう	17.1	20.7	24.6		
							2.5	3.4	4.6			
29 (水)	ごはん	米										
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	ししゃものなんばんづけ	でん粉 砂糖	油		ししゃも	根菜ねぎ しょうが	醤油 酢 唐辛子	414	591	739	ししゃもの なんばんづけ 幼1尾 小中2尾	
	じゃがいものそぼろに	じゃがいも 砂糖	油	ぶた肉		枝豆 しょうが	醤油 みりん 酒	16.6	22.5	26.6		
	こまつなのみそしる			豆腐 みそ 油あげ	わかめ	小松菜 玉ねぎ えのきたけ にんじん		16.1	19.7	22.6		
							1.7	2.4	2.8			
30 (木)	むぎごはん	米 麦										
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	シューマイ	小麦粉 パン粉 でん粉 砂糖		ぶた肉		玉ねぎ しょうが	塩	430	611	801	シューマイ 幼1個 小2個 中3個	
	やさいのちゅうかあえ	砂糖	ごま油 ごま	わかめ		もやし きゅうり	醤油 酢 塩	18.4	25.2	31.7		
	マーボーどうふ	砂糖 でん粉	油	ぶた肉 豆腐 みそ		にんじん たけのこ 葉ねぎ しょうが にんにく	マーボー豆腐の素 醤油 みりん	15.8	19.4	23.6		
							1.6	2.0	2.7			
31 (金)	ごはん	米										
	ぎゅうにゅう				牛乳							
	さばのみそに	砂糖		さば みそ		しょうが		422	568	721		
	やさいのいそかあえ			のり		キャベツ もやし にんじん	醤油	18.5	23.0	27.7		
	のっぺいじる	里いも でん粉		とり肉 油あげ		大根 こんにゃく にんじん 小松菜 根菜ねぎ	醤油 酒 塩	18.5	21.4	24.7		
							1.3	1.7	2.1			

※材料の割合等により献立を変更することがあります。

※栄養価は幼稚園年中、小学校3・4年生、中学生の数値です。

※加工品の右側の()には特定原材料・特定原材料に準ずるもの28品目を記載しています。(えび・かに・小麦・そば・卵・乳・ピーナッツ・くるみ・アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・

キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン)

5月の給食費の振替日は5月27日(月)です。(引き落としの準備をお願いします。)