



平成25年 5月 学校給食献立表<A> 吉田町

吉田榛原学校給食共同調理場(32-1750)

日	曜日	献立名	使われている食品と主なはたらき			エネルギー (kcal) たんぱく質(g)	スプーン ・ フォーク
			あか	みどり	きいろ	小学校 中学校	
			体をつくるもの になる食品	体の調子を整えるもの になる食品	エネルギーのもの になる食品		
1	水	アップルパン 牛乳	ぎゅうにゅう	ほしりんご	パン	659	
		スコッチエッグ	たまご とり肉	玉ねぎ りんご	さとう パンこ でんぶん 油	27.3	
		野菜とウインナーのソテー	ウインナー	こまつな もやし にんじん	油	786	
		春きゃべつのクリームスープ	ベーコン ぎゅうにゅう	きゃべつ にんじん 玉ねぎ	じゃがいも バター クリーム	31.6	
		グレープフルーツ		グレープフルーツ			
2	木	<b>八十八夜の献立</b> ~八十八夜にちなんでお茶を衣にまぜてちくわのお茶あけを作ります。~			738		
		ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん		28.5
		ちくわのお茶あけ	ちくわ たまご	お茶	こむぎこ でんぶん 油		
		コーンときゅうりのすの物	わかめ	きゅうり コーン しょうが	さとう		
		いりどうふ	どうふ とり肉 なるとまき たまご	にんじん はねぎ たけのこ ほししいたけ	さとう 油		911
		いちごミルクデザート	れんにゅう	いちご	さとう		34.8
7	火	<b>子どもの日献立</b> ~子どもの日にちなんでこいのほりに似ているお魚オムレツとかしわもちができます。~			695		
		ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん		24.3
		おさかなオムレツ	たまご		さとう でんぶん 油		
		いそかあえ	のり	ほうれん草 きゃべつ もやし			
		新じゃがのそぼろに かしわもち	とり肉	にんじん 玉ねぎ こんにやく グリンピース	じゃがいも さとう 油		811
あずき			しょうしんこ さとう やまいも おおむぎ	27.0			
8	水	ソフトめん 牛乳	ぎゅうにゅう		ソフトめん	672	
		ナポリタンソース	えび ぶた肉 ベーコン チーズ	にんじん トマト 玉ねぎ マッシュルーム ピーマン	さとう 油	25.8	
		コーンフライ	ぎゅうにゅう	コーン	こむぎこ さとう 油	847	
		あま夏のヨーグルトあえ	ヨーグルト	なつみかん	バター でんぶん パンこ	31.6	
9	木	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	623	
		えびむしぎょうざ	スケウダラ えび 大豆 たまご	きゃべつ 玉ねぎ たけのこ にんじん	こむぎこ ラード でんぶん さとう	25.4	
		チンジャオロースー	ぶた肉 みそ	にんにく しょうが たけのこ ピーマン	ごま油 もろみ		
		春雨スープ	ベーコン たまご	にんじん チンゲンさい 玉ねぎ えのきたけ	さとう でんぶん ごま油	789	
		ミニトマト		ミニトマト	はるさめ でんぶん	31.1	
13	月	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	592	
		ふりかけ	かつおぶし のり	まっ茶	さとう でんぶん	25.4	
		あつやきたまご	たまご		さとう でんぶん 油		
		ゆかりあえ		きゃべつ きゅうり 青じそ	ごま		
		ちくぜんに パイ	とり肉 ちくわ	にんじん ごぼう たけのこ こんにやく ほししいたけ さやいんげん	さとう 油	726	
パイ		パイ		29.6			
14	火	<b>郷土料理 (たけのことあらめの煮物)</b> ~今が旬のたけのこを味わってください。~			564		
		ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん		28.0
		あじのこうじづけやき	あじ		こめこうじ		
		たけのことあらめの煮物	あらめ あぶらあげ	たけのこ さやえんどう	さとう		
		かきたまじる	なるとまき わかめ たまご	玉ねぎ ほうれん草 にんじん えのきたけ	でんぶん		693
バナナ		バナナ		34.5			
15	水	食パン 牛乳	ぎゅうにゅう		食パン	617	
		メイプルジャム			メイプルジャム	24.2	
		チキンナゲット	とり肉 おから		さとう こむぎこ パンこ でんぶん		
		野菜のアーモンドあえ		こまつな もやし きゃべつ にんじん	こめこ 油		
		ミネストローネスープ	ベーコン	玉ねぎ にんじん トマト パセリ にんにく	アーモンド さとう	814	
キウイフルーツ		キウイフルーツ	マカロニ じゃがいも	31.7			
16	木	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	589	
		春まき		きゃべつ 玉ねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ にら にんにく	はるさめ でんぶん ラード	23.3	
		きゅうりと大根のひたひた	かつおぶし	きゅうり だいこん	さとう こむぎこ 油 ごま油		
		はっぼうさい	ぶた肉 えび いか	にんじん 玉ねぎ はくさい たけのこ もやし ほししいたけ しょうが	でんぶん ごま油	731	
		カラマンダリンオレンジ		カラマンダリンオレンジ		27.6	
17	金	げんまい入りバーガーパン 牛乳	ぎゅうにゅう		パン げんまい	661	
		ハンバーグのトマトソースかけ	とり肉	玉ねぎ	パンこ さとう 油 ヘッド	27.8	
		ポイル野菜		きゃべつ きゅうり ほうれん草 にんじん			
		キャロットシチュー	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	にんじん たまねぎ パセリ	じゃがいも 油	819	
		ミニトマト		ミニトマト		33.9	
20	月	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	608	
		びびんぱの具(肉のいため物・ やさいのナムル)	ぶた肉	げんまい ほししいたけ にんにく しょうが	さとう ごま油	26.2	
		わかめスープ	とり肉 わかめ	ほうれん草 もやし にんじん	ごま ごま油	727	
		りんごヨーグルト	だっしふんにゅう	りんごかきゅう かんてん	ごま	30.2	

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります



平成25年 5月 学校給食献立表<A> 吉田町

吉田榛原学校給食共同調理場(32-1750)

Table with columns for Day, Date, Dish Name, Ingredients, Energy/Protein, and Spoon/Fork. Includes sub-sections like 'ふじのくに地産地消の日献立' and '中央小学校リクエスト献立'.

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります

5月5日は端午の節句

端午とは、中国で「月はじめの午の日」という意味があり、もともとは悪日でした。そこで、災いをはらうためにしょうぶやよもぎを用いて...



★5月が旬のおいしい食べ物★

- ★あじ ★かつお ★桜えび
★アスパラガス ★新じゃがいも
★新たまねぎ ★グリーンピース
★そらまめ ★わらび ★たけのこ

