

平成26年度 5月分学校給食予定献立表 毛呂山町学校給食センター



日曜日	曜日	献立名		食材料(太字は毛呂山町産の予定)			栄養価	
		主食・のみもの つけるもの・かけるもの	おかず デザートなど	主に血や肉を作る食品 (赤色の食品)	主に体の調子を整える食品 (緑色の食品)	主に熱や働く力になる食品 (黄色の食品)	エネルギー kcal	たんぱく質 g
1	木	パンパン 牛乳	青菜と肉団子のスープ 焼きそば(角) 角チーズ(ピ)	チーズ、牛乳、豚肉、ミートボール、あおのり	たまねぎ、にんじん、たけのこ、とうもろこし、キャベツ、こまつな、根深ねぎ、根しょうが	パンパン、米ぬかサラダ油、でん粉、蒸し中華めん、ごま油	666 841	25.3 30.6
2	金	ごはん 牛乳	豚汁 たけのこご飯の具(角) 冷)かしわもち(学)	牛乳、鶏肉、豚肉、煮干し、削り節、あぶらあげ、豆腐、赤みそ	にんじん、たけのこ、だいこん、乾しいたけ、根深ねぎ	かしわもち、ごはん、米ぬかサラダ油、じゃがいも、三温糖	758 919	28.1 33.3
7	水	ごはん 牛乳	けんちん汁 焼き肉(角) パイナップル(学)	牛乳、豚肉、煮干し、削り節、豆腐	パイナップル、チルド、ごぼう、根しょうが、にんじん、にんにく、だいこん、乾しいたけ、こんにゃく、たまねぎ、ピーマン、根深ねぎ	ごはん、ごま油、米ぬかサラダ油、さといも	668 839	24.6 30.2
8	木	中華めん 牛乳	しょうゆラーメンの汁 春巻き(バ) 大豆もやしのナムル(角)	牛乳、春巻き、豚肉、なると	だいこん、根しょうが、大豆もやし、にんじん、キャベツ、とうもろこし、根深ねぎ、ほうれんそう	中華めん、米ぬかサラダ油、米ぬか油、ごま、ごま油	601 831	24 31.8
9	金	ごはん 牛乳(中学250ml)	親子煮 五分漬け入り浅漬け(角) ミアアセラゼリー(ピ)小1中2	牛乳、鶏肉、煮干し、削り節、 鶏卵	ミアアセラゼリー、五分漬け漬、きゅうり、キャベツ、にんじん、たまねぎ、いんげん	ごはん、米ぬかサラダ油、三温糖、じゃがいも	644 864	23.2 29.9
12	月	ごはん 牛乳 中濃ソース	豆腐とえのきのみそ汁 ソフトかれいフライ(バ) ポテトサラダ(角)	ソフトかれいフライ、牛乳、煮干し、削り節、 豆腐 、白みそ、赤みそ	にんじん、とうもろこし、きゅうり、だいこん、たまねぎ、生えのき、根深ねぎ	ごはん、じゃがいも、米ぬか油、マヨネーズ、上白糖	695 902	22.4 28.3
13	火	牛乳 ミニココア揚げパン(バ)	白いんげん豆のシチュー ウインナーのケチャップ炒め(角) ヨーグルト(学)	ヨーグルト、牛乳、ベーコン、鶏肉、ウインナーソーセージ、白いんげんまめ	根しょうが、根深ねぎ、ピーマン、たまねぎ、にんじん、はくさい、ほうれんそう	コッペパン、米ぬかサラダ油、米ぬか油、上白糖、三温糖、じゃがいも、バター、小麦粉、ココア	691 855	25.2 30.4
14	水	ごはん 牛乳	卵ともずくのスープ ピビンパの具(角) キウイフルーツ(学)	牛乳、豚肉、 豆腐 、もずく、 鶏卵	キウイフルーツ、にんじん、にんにく、乾しいたけ、根しょうが、生えのき、大豆もやし、こまつな、根深ねぎ	ごはん、米ぬかサラダ油、三温糖、でん粉、ラー油、ごま	631 799	26.5 33
15	木	はちみつパン 牛乳 ごまドレッシング	野菜とマカロニのスープ 鶏肉のから揚げ(バ) ブロッコリー(角)	牛乳、鶏肉、豚肉	ブロッコリー、根しょうが、にんじん、たまねぎ、キャベツ、パセリ	ごまドレッシング、はちみつパン、米ぬかサラダ油、でん粉、米ぬか油、じゃがいも、マカロニ	642 901	24.3 32.7
16	金	ごはん 牛乳	豚肉と大根のみそ煮 白菜とベーコンの炒め物(角) 韓国のり(ピ)	韓国のり、牛乳、煮干し、ベーコン、削り節、豚肉、生揚げ、赤みそ	たまねぎ、だいこん、はくさい、にんじん、こんにゃく、えだまめ	ごはん、米ぬか油、三温糖	623 797	24.6 30.4
19	月	山型食パン 牛乳 中濃ソース チョコクリーム(ピ)	ワンタンスープ いかリングフライ(バ)小2中2 バリバリキャベツ(角)	イカリングフライ、牛乳、鶏肉	キャベツ、にんじん、たまねぎ、はくさい、こまつな、根深ねぎ	チョコクリーム大豆、山型食パン、米ぬか油、ワンタンの皮、ごま油	626 806	25.6 31.9
20	火	ごはん 牛乳(中学250ml)	のっぺい汁 あじのさんが焼き(バ) ピリ辛きゅうり(角)	あじのさんが焼き、牛乳、焼き竹輪、煮干し、削り節、生揚げ	きゅうり、にんじん、だいこん、こんにゃく、乾しいたけ、根深ねぎ	ごはん、米ぬかサラダ油、さといも、三温糖、でん粉、ごま油	612 837	21.7 30
21	水	ごはん 牛乳	わかめの味噌汁 さわらの照り焼き(バ) キャベツのサラダ(角)	さわら照り焼き、牛乳、煮干し、削り節、白みそ、赤みそ、あぶらあげ、わかめ	キャベツ、きゅうり、とうもろこし、だいこん、にんじん、たまねぎ	ごはん、マヨネーズ	642 800	25.1 29.9
22	木	地粉うどん 牛乳	おかめうどんの汁 ひじきの五目煮(バ) フルーツポンチ(角)	牛乳、煮干し、削り節、豚肉、鶏肉、ひじき、かまぼこ、生揚げ	パイナップル、みかん缶、黄桃缶、乾しいたけ、にんじん、こんにゃく、たまねぎ、とうもろこし、はくさい、こまつな、いんげん	地粉うどん、米ぬかサラダ油、三温糖、ナタデココ	610 793	23.2 30.4
23	金	ごはん 牛乳	カレー 野菜炒め(角) アーモンド小魚(ピ)	アーモンド小魚、牛乳、豚肉、ベーコン、ゴーダチーズ、ヨーグルト	にんにく、根しょうが、とうもろこし、キャベツ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、ソテーオニオン、トマト缶	ごはん、米ぬかサラダ油、じゃがいも、バター、小麦粉	720 902	24.4 29.4
26	月	ごはん 牛乳	豚肉と生揚げのみそ炒め 小松菜とえのきのお浸し(角) ミニ洋梨ゼリー(ピ)小1中2	牛乳、豚肉、かつお節、赤みそ、生揚げ	こまつな、ミニすりおろし洋梨ゼリー、根しょうが、生えのき、にんにく、にんじん、たまねぎ、たけのこ、乾しいたけ、もやし、いんげん	ごはん、米ぬかサラダ油、三温糖	631 796	24.9 30
27	火	ぶどうパン 牛乳	野菜スープ 照り焼きハンバーグ(バ) にんじんサラダ(角)	ハンバーグ、牛乳、まぐろ油漬、ベーコン	らっきょう漬 、にんじん、たまねぎ、レモン果汁、とうもろこし、キャベツ、パセリ	ぶどうパン、オリーブ油、三温糖、じゃがいも、でん粉、米ぬかサラダ油、ごま	629 822	25.3 32.2
28	水	ごはん 牛乳 バックしょうゆ(ピ)	春雨スープ 豚肉とこんにゃくのピリ辛炒め(角) 冷ややつこ(学)	牛乳、豆腐パック、鶏肉、豚肉	にんじん、こんにゃく、乾しいたけ、もやし、ピーマン、根深ねぎ、こまつな、根しょうが	ごはん、米ぬかサラダ油、三温糖、はるさめ、でん粉、ごま油	628 780	25.4 29.9
29	木	食パン 牛乳 いちごジャム(ピ)	ミネストローネ チキンナゲット(バ)小2中2 メロン(角) 中)スライスチーズ(ピ)	中)スライスチーズ、牛乳、ウインナーソーセージ、だいた、ゴーダチーズ、チキンナゲット	メロン、にんにく、にんじん、たまねぎ、トマト缶、キャベツ	いちごジャム、食パン、米ぬかサラダ油、米ぬか油、じゃがいも、マカロニ	629 831	24.6 32.8
30	金	ごはん 牛乳	新じゃがいものそぼろ煮 ほうれん草のごま和え(角) 彩の国納豆(学)	牛乳、彩の国納豆、豚肉、煮干し、削り節	ほうれんそう、もやし、根しょうが、にんじん、たまねぎ、たけのこ、こんにゃく、えだまめ	ごはん、米ぬかサラダ油、ごま、じゃがいも、三温糖	634 813	24.8 31.5
給食回数		20回	(学)・・・学校配送 (角)・・・角食缶 (バ)・・・バット (夕)・・・タッパー (ピ)・・・ピニール袋 (小)・・・小学校 (中)・・・中学校			平均栄養量	649 836	24.7 30.9
※ 材料入荷の都合により献立を突然変更することや、欠品することがあります。		※ 0-157対策のため生野菜をひかえた献立になっています。ご理解とご協力をお願いいたします。			基準栄養量	640 820	24 30	



5月2日(金)は児童生徒のみなさんの健やかな成長を願った「こどもの日」の献立になっています。