



# 5月 学校給食献立予定表



廿日市市立大野学校給食センター

日・曜	こ  ん だ て め い	お も な ざ い り ょ う			エネルギー (キロカロリー) 基準値 (小) 650 (中) 830	塩分(グラム) 基準値 (小) 2.0未満 (中) 2.5未満
		黄(き) ねつや力のもとになる	赤(あか) からだ 体をつくる	緑(みどり) からだ 体の調子をととのえる		
6・木	セルフハムサンド 牛乳 コーンスープ〔1食用マヨネーズ〕 フライドポテト	パン ベにばなあぶら さとう マヨネーズ こめあぶら こめこ じゃがいも なたねあぶら	牛乳 ハム チーズ ぶたにく てぼうまめ スキムミルク なまクリーム	キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ コーン パセリ	737 944	2.7 3.9
7・金	ふきとたけのこのちらしずし 牛乳 さわにわん <b>うくいずだんご</b> ★ <b>子どもの日献立</b>	こめ(さとう) さとう ごま でんぷん しらたまもち	牛乳 えび こうやどうふ ぶたにく わかめ きなこ	にんじん たけのこ ふき ごぼう だいこん みつば なましいたけ	598 774	3.0 4.3
10・月	ひよこまめのドライカレー 牛乳 ごぼうのサラダ	こめ くるみ バター ごま ベにばなあぶら さとう	牛乳 ひよこまめ とりにく ぶたにく こなチーズ ヨーグルト ツナ	たまねぎ にんじん パセリ しょうが にんにく トマト レーズン ごぼう きゅうり レモン	635 821	1.3 1.6
11・火	ツイストパン 牛乳 ごもくピーフン フルーツのヨーグルトあえ	パン(さとう, バター) ピーフン ごまあぶら	牛乳 ぶたにく えび ヨーグルト	たまねぎ にんじん もも缶 チンゲンサイ きくらげ パナナ キャベツ みかん缶 パイン缶	673 839	2.6 3.3
12・水	ごはん ひじきゆかりふりかけ 牛乳 とりにくのおろしやき <b>こうやどうふのたまごとし</b> ★ <b>食べようテイ</b> <b>卵除去食</b>	こめ ごまあぶら ごま さとう	牛乳 ひじき しらすぼし とりにく こうやどうふ <b>たまご</b>	だいこん にんじん ねぎ しそ しょうが レモン たまねぎ ほししいたけ スナップえんどう	702 892	2.6 3.7
13・木	コッペパン 牛乳 チキンピーンズ ブロッコリーのサラダ	パン こめあぶら さとう じゃがいもアーモンド ベにばなあぶら	牛乳 だいす とりにく	たまねぎ にんじん にんにく トマト キャベツ ブロッコリー コーン	625 796	2.2 2.9
14・金	まめごはん 牛乳 かつおのみそがらめ <b>わかたけじる</b> ★ <b>卵除去食</b>	こめ でんぷん さとう なたねあぶら	牛乳 かつお あかみそ わかめ <b>たまご</b> とうふ	グリーンピース しょうが こんにゃく きぬさや にんじん たけのこ えのきたけ	600 780	2.5 3.4
17・月	ごはん 牛乳 なまあげのコロコロマーボー ひじきともやしのナムル	こめ さとう ごまあぶら ごま でんぷん	牛乳 ぶたにく なまあげ ひじき しらすぼし あかみそ	たまねぎ にんじん もやし ほししいたけ チンゲンサイ にんにく しょうが	678 875	1.7 2.4
18・火	ミルクまっちゃむしパン 牛乳 ソフトめんのみートソース 〔1食用ソフトめん〕 あまなつサラダ	こむぎこ さとう ベにばなあぶら ソフトめん オリーブあぶら	牛乳 スキムミルク ぎゅうにく ぶたにく こなチーズ	にんじん たまねぎ コーン にんにく セロリ マッシュルーム トマト キャベツ あまなつ缶	629 808	2.3 3.1
19・水	むぎごはん 牛乳 ★ <b>青葉のおひたしの日</b> にくどうふ ★ <b>食育の日 かむかむ献立</b> <b>ほうれんそうとだいずのおひたし</b>	こめ(おおむぎ) さとう	牛乳 ぶたにく やきどうふ さつまあげ だいす わかめ かつおぶし	たまねぎ にんじん ごぼう まいたけ えのきたけ ねぎ いとこんにゃく ほうれんそう もやし	583 758	2.0 2.6
20・木	<b>ていやきワニバーガー</b> 牛乳 <b>ふわふわスープ</b> ★ <b>郷土料理の日(庄原・三次地域)</b> <b>卵除去食</b>	パン なたねあぶら さとう でんぷん こめあぶら パンこ	牛乳 わに(さめ) ウインナー てぼうまめ <b>たまご</b> こなチーズ	しょうが キャベツ パセリ きゅうり たまねぎ えのきたけ	666 848	2.7 3.7
21・金	ごはん 牛乳 じゃがいものそぼろに きゅうりとわかめのすのもの	こめ こめあぶら じゃがいも さとう ごま	牛乳 とりにく わかめ しらすぼし あぶらあげ	たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん きゅうり	593 756	1.2 1.8
24・月	<b>おやくどんぶり</b> ★ <b>卵除去食</b> 牛乳 じゃがいものさんばいず	こめ さとう じゃがいも ごま	牛乳 とりにく <b>たまご</b> わかめ かまぼこ	たまねぎ にんじん ねぎ ほししいたけ こまつな	618 796	1.9 2.4
25・火	ごはん 牛乳 ★ <b>ひろしま給食の日</b> <b>ひろしまちいめんコツコツかきあげ</b> キャベツのこんぶあえ とんじる	こめ こむぎこ でんぷん なたねあぶら	牛乳 しらすぼし わかめ えび しおこんぶ ぶたにく とうふ みそ	たまねぎ にんじん わけぎ キャベツこんにゃく しめじ だいこん ねぎ	626 807	2.4 3.3
26・水	ごはん 牛乳 ホイコーロー きりぼしだいこんのすのもの	こめ ごまあぶら さとう ごま	牛乳 ぶたにく なまあげ みそ あかみそ しらすぼし ちくわ こんぶ	しょうが こまつな にんじん キャベツ きくらげ にんにく きりぼしだいこん きゅうり	622 795	1.9 2.5
27・木	はいがパン 牛乳 はるやさいのクリームに ひじきのレモンマリネ	パン(さとう, バター, こむぎは いが) じゃがいも こむぎこ さとう バター ベにばなあぶら アーモンド	牛乳 とりにく なまクリーム ひじき ハム	たまねぎ にんじん レモン たけのこ アスパラガス そらまめ ほうれんそう	634 809	2.3 3.0
28・金	ごはん 牛乳 さばのしおやき だいこんおろしのあますあえ はちくのにも	こめ さとう ごまあぶら	牛乳 さば とりにく さつまあげ なまあげ	だいこん にんじん こんにゃく はちく さやいんげん	666 843	1.5 1.9
31・月	ごはん 牛乳 <b>チーズハンバーグ</b> ★ <b>卵除去食</b> カレーポテト もやしのスープ	こめ じゃがいも	牛乳 ぶたにく とりにく おから チーズ ベーコン スキムミルク <b>たまご</b>	たまねぎ にんじん もやし しめじ チンゲンサイ にんにく	791	3.0

\* ( ) は、パン、ごはんに入っている材料、〔 〕は1食用小袋のものです。  
 \* 詳しい材料が示してある、「学校給食献立別使用食材一覧表」を各学校に送っています。必要な方は、担任の先生までお申し出ください。  
 \* エネルギーと塩分(減塩の取り組みから)を栄養表示として示しています。参考にしてください。  
 \* 都合により、献立や食材料を変更することがありますのでご了承ください。  
 \* アレルギー対応として、これまでお子さんが食べたことがない食べ物が出てい  
 る場合は、念のため、ご家庭で事前に食べる経験をしておく等、ご配慮ください。  
 \* 毎月19日は「食育の日」です。かむかむ献立です。  
 \* 18日(火)の1食用ソフト麺は、同じ製造ラインで、卵を使った麺、そばを製造しています。

20日(木)のわにとは、さめのこと  
 です。さめは、広島県の庄原や三次  
 地域で昔から食べられている食べ  
 物で、給食では郷土料理として出し  
 ています!