

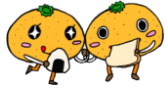


れ い わ ね ん が つ が っ こ う き ゅ う し ゃ く よ て い こ ん だ て ひ ょ う
令和6年5月 学校給食予定献立表



おおきき が っ こ う き ゅ う し ゃ く
大崎学校給食センター

こ ん げ つ き ゅ う し ゃ く し ゃ く
今月の給食目標



たの ち ゃ う し ゃ く じ か ん
楽しい給食時間にしよう！

*地場産物（広島県産）については、太字にしています。
*栄養価は基準として、小学校3、4年生の量で記載しています。
*物資の都合で、献立を変更することがあります。ご了承ください。
*これまでお子さんが食べたことのない食べ物が出ている場合は、
急のため、ご家庭で事前に食べる経験をしていただくなど、ご配慮ください。

日	曜 日	献立名	主な使用材料						栄養価 エネルギー (kcal)
			赤		緑		黄		
			血や肉になる食品		体の調子を整える食品		熱や力になる食品		
			1群 肉・魚・卵・ 大豆製品	2群 牛乳・乳製品 ・海藻類	3群 緑黄色 野菜	4群 その他の野菜・ 果実類	5群 穀物・芋類 ・砂糖類	6群 油脂類・ 植物油類	
1	水	ご飯 牛乳 豚肉と野菜のオイスター炒め レタスの卵スープ たい焼き	豚肉 卵	牛乳	にんじん チンゲン菜	玉ねぎ ししいたけ レタス	米 砂糖 片栗粉 たい焼き	米油	578 1.1
7	火	ご飯 牛乳 トントンもみじのひろしまソース わかめスープ	豚肉 みそ	牛乳 青のり わかめ	ねぎ にんじん チンゲン菜	玉ねぎ もやし しめじ 板こんにゃく レモン	米 片栗粉 薄力粉 じゃがいも 砂糖	サラダ油	640 1.6
8	水	ご飯 牛乳 厚揚げのそぼろあんかけ 小松菜の酢みそ和え	厚揚げ 豚肉 鶏肉 みそ	牛乳	にんじん 小松菜	玉ねぎ なす えのきたけ キャベツ とうもろこし 枝豆	米 砂糖 片栗粉		575 1.0
9	木	ロールパン 牛乳 和風スパゲティ アスパラのマヨマスタード和え	ベーコン	牛乳	にんじん 小松菜 アスパラガス	玉ねぎ しめじ キャベツ	ロールパン スパゲティ	米油 バター マヨネーズ	682 1.9
10	金	ご飯 牛乳 ふりかけ いかの黄金焼き おかか和え 貝だくさんみそ汁	いか 豆腐 かつお節 卵 みそ	牛乳	にんじん ねぎ 小松菜	キャベツ 玉ねぎ ししいたけ 板こんにゃく	米 薄力粉 砂糖		529 2.2
13	月	ご飯 牛乳 アカモク衣のかき揚げ キャベツのレモン風味 ジュリアンスープ	豚肉	牛乳 アカモク	にんじん	玉ねぎ 枝豆 キャベツ とうもろこし レモン	米 薄力粉 砂糖 じゃがいも	サラダ油	571 2.1
14	火	ご飯 牛乳 スタミナ焼き ワントンスープ	牛肉 豚肉 鶏肉	牛乳	にんじん チンゲン菜	玉ねぎ キャベツ ししいたけ しめじ	米 砂糖 ワントンビー	米油 白ごま ごま油	568 1.5
15	水	山菜ご飯 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 青菜の和風くるみお和え	豚肉 みそ 鶏ささみ	牛乳	にんじん さやいんげん 小松菜	ぜんまい 玉ねぎ キャベツ	米 じゃがいも 砂糖 片栗粉	米油 くるみ ねりごま	536 2.0
16	木	豆ご飯 牛乳 かつおの新玉ソース 豆腐のみそ汁	かつお 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 わかめ	さやえんどう にんじん ねぎ	生姜 玉ねぎ	米 砂糖		516 2.2
17	金	ご飯 牛乳 ポークビーンズ チーズサラダ	大豆 豚肉 ツナ	牛乳 チーズ	にんじん	玉ねぎ しめじ 枝豆 きゅうり	米 じゃがいも 砂糖	米油 オリーブ油	596 1.3
20	月	ご飯 牛乳 きつねうどん 大根なます まめによろこび	鶏肉 かまぼこ 油揚げ 大豆	牛乳	にんじん ねぎ	玉ねぎ 大根 白菜	米 干しうどん 砂糖	白ごま	538 1.7
21	火	たけのこご飯 牛乳 切干大根の炒め煮 ブロッコリーのごまお和え 焼きプリンタルト	鶏肉 厚揚げ	牛乳 わかめ	にんじん ブロッコリー	たけのこ 切干大根 干ししいたけ キャベツ	米 砂糖 タルト	米油 白ごま	601 2.2
22	水	ご飯 牛乳 お好み焼き なめこ汁	鶏肉 豚肉 かつお節 豆腐 みそ 卵	牛乳	ねぎ にんじん	キャベツ もやし 玉ねぎ なめこ	米 薄力粉		584 1.6
23	木	ご飯 牛乳 鶏肉の塩こうじ焼き キャベツの即席漬け じゃがいものみそ汁	鶏肉 油揚げ みそ	牛乳	にんじん ねぎ ひろしま菜	キャベツ 玉ねぎ	米 米こうじ じゃがいも		585 1.3
24	金	ナン 牛乳 キーマカレー ポテトサラダ	大豆 牛肉 豚肉 ハム	牛乳	にんじん ピーマン	玉ねぎ きゅうり	ナン 砂糖 薄力粉 じゃがいも	米油 マヨネーズ	639 2.8
27	月	ご飯 牛乳 回鍋肉 えのきとつみれの中華スープ	豚肉 みそ つみれ	牛乳	にんじん ピーマン にら	玉ねぎ キャベツ たけのこ 白ねぎ もやし えのきたけ	米 砂糖 片栗粉	米油 ごま油	537 2.2
28	火	ご飯 牛乳 さばのみそ煮 アカモクのねばねばサラダ けんちん汁	さば みそ 豆腐	牛乳 アカモク	にんじん オクラ ねぎ	生姜 きゅうり 玉ねぎ れんこん 板こんにゃく	米 砂糖 長いも	ごま油	621 3.0
29	水	わかめご飯 牛乳 厚揚げとひじきの煮物 きゅうりとたこの酢の物	厚揚げ 豚肉 たこ	牛乳 わかめ ひじき	にんじん さやいんげん	玉ねぎ きゅうり	米 砂糖	米油 白ごま	542 1.9
30	木	ご飯 牛乳 タンダーリーチキン 海そうサラダ じゃがいもとコーンのスープ	鶏肉 豚肉	牛乳 わかめ ヨーグルト	にんじん	キャベツ とうもろこし 玉ねぎ	米 砂糖 じゃがいも	米油	595 2.0
31	金	ご飯 牛乳 アスパラと春雨の炒め煮 ガンボ	鶏肉 えび	牛乳	アスパラガス にんじん オクラ トマト	玉ねぎ セロリ	米 春雨 砂糖 薄力粉	ごま油 白ごま 米油	576 1.5