

# 5月 学校給食こんだて表

日 曜	こんだてめい	あか 体をつくるもとになるもの	き エネルギーのもとになるもの	みどり 体の調子を整えるもとになるもの	給食のない 幼稚園・小学校
1 金	・ごはん ・やきにく ・ごまあえ ・すりみじる★	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ すりみ(らんぼく) みそ わかめ	・ごはん あぶら さとう あぶら でんぶん ごま かしわもち こんにやく	・しょうが にんにく たまねぎ ピーマン いんげん きゅうり キャベツ だいこん にんじん ごぼう ねぎ	
7 木	・ごはん ・さんまのしょうがに ・さんしよくひたし ・にらたま汁★	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さんまのしょうがに あぶらあげ みそ きぬごしとうふ たまご	・ごはん ごま こんにやく でんぶん	・ごまつな にんじん もやし たまねぎ たけのこ にら ねぎ	
8 金	・ミニコッパン ・まめとかぼちゃのコロッケ● ・カラフルサラダ ・ソフトめんのみートソース◎	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	・パン ソフトめん あぶら まめとかぼちゃのコロッケ さとう バター こむぎこ	・にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり きピーマン マッシュルーム グリンピース パセリ フロccoli	
11 月	・ごはん ・フライぎょうざ◎ ・はりはりあえ ・マーボーどうふ	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライぎょうざ ぶたひきにく もめんとうふ あかみそ	・ごはん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら ごま	・きりほしだいこん きやべつ ごまつな しょうが にんにく しいたけ たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ	
12 火	・ごはん ・わかさぎのなんばんづけ ・ごまつなごまみそあえ ・あつあげとやさいのうまに★	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう わかさぎ あつあげ さつまあげ うずらのたまご みそ	・ごはん でんぶん あぶら さとう ごま こんにやく	・ごまつな キャベツ えのきだけ じゃがいも にんじん たけのこ だいこん しいたけ さやいんげん	
13 水	・こめコパン ・白身魚のフライ ・コールスローサラダ★ ・ポテトスープ	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう 白身魚のフライ とり肉 しろいんげんまめ	・こめコパン ごま マヨネーズ さとう	・にんじん キャベツ きゅうり コーン たまねぎ じゃがいも パセリ	
14 木	・ごはん ・ピピンバ ・わかめスープ	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ わかめ	・ごはん あぶら さとう ごまあぶら ごま	・ぜんまい たけのこ にんにく にんじん ごまつな もやし たまねぎ はくさい ピーチ	新湊小全学年
15 金	・食パン ・とり肉のパンこ焼き ・ごぼうサラダ★ ・ミネストローネ	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう とり肉 ベーコン ひよこまめ チーズ	・パン パンこ ごま マヨネーズ パスタ さとうアーモンド	・ごぼう きゅうり コーン にんじん たまねぎ なす セロリ しめじ きピーマン トマト パセリ にんにく	新湊小全学年
18 月	・ごはん ・にくシューマイ● ・パンサンデー ・はっほうさい※★	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぶたにく えひ いか うずらのたまご にくしゅうまい	・ごはん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら はるさめ	・しょうが たまねぎ もやし たけのこ ほしいたけ はくさい あかピーマン チンゲンサイ きゅうり にんじん	作道小、片口小、藤岡小 東明小、塚原小全学年
19 火	・ごはん ・さばのしおやき ・なつとうあえ● ・すきやきに	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さば ぶたにく やきとうふ なつとう	・ごはん あぶら こんにやく さとう	・たけのこ はくさい にんじん しいたけ ねぎ ごまつな きやべつ もやし	本江幼
20 水	・コッパン ・ごまごまチキン★ ・ピーズサラダ●★ ・ワナンスープ	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう とりにく たまご ミックスピーズ ぶたにく	・パン こむぎこ ごま あぶら さとう マヨネーズ ワンタン	・キャベツ きゅうり コーン しいたけ はくさい もやし ねぎ にら オレンジ	
21 木	・わかめごはん ・たまごやき★ ・ごまみそあえ ・じゃがいものそぼろに	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう たまごやき ぶたひきにく わかめ	・ごはん さとう ごま こんにやく でんぶん	・きやべつ もやし きゅうり じゃがいも にんじん たまねぎ いんげん	全小学校6年
22 金	・ごはん ・あじのカレーあげ ・きんぴらごぼう ・みそ汁	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あじ さつまあげ あぶらあげ みそ	・ごはん でんぶん あぶら さとう ごま こんにやく	・ごぼう にんじん いんげん キャベツ しめじ じゃがいも たまねぎ だいこん	
25 月	・ごはん ・ハンバーグ ・あおなときゅうりのナムル ・すまし汁	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ハンバーグ とうふ やわらか わかめ	・ごはん さとう ごまあぶら ございくふ でんぶん ごま	・きゅうり たけのこ えのき ほうれんそう	
26 火	・むぎごはん ・きびなごのクリスピーあげ ・かいそうサラダ ・キーマカレー◎	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぶたひきにく きびなご かいそうみつくす れんずまめ チーズ	・ごはん むぎ あぶら ごまあぶら ドレッシング さとう	・たまねぎ にんにく しょうが にんじん じゃがいも かぼちゃ ピーマン キャベツ きゅうり	全小学校6年 七美幼稚園
27 水	・コッパン ・タンダーチキン◎ ・スパゲッティサラダ★ ・フルーツポンチ	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト	・パン スパゲッティ マヨネーズ さとう ごま ナタデココ ゼリー	・きゅうり ほうれんそう コーン キャベツ みかん パイン もも パナナ	放生津小全学年
28 木	・ごはん ・とりにくとだいのあげからめ● ・ごまつなのおひたし● ・ぶたじる	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう だいち とりにく ゆば あぶらあげ とうふ みそ のりつくだに	・ごはん でんぶん あぶら さとう こんにやく カシューナッツ	・しょうが ごまつな もやし たまねぎ たけのこ にら ねぎ さつまいも じゃがいも にんじん だいこん はくさい	作道小6年
29 金	・食パン ・さけのマヨネーズやき★ ・ペンネのみートソース◎ ・ビーフンスープ	・ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけ ぶたひきにく ベーコン こなチーズ わかめ とうふ	・パン マヨネーズ ごま あぶら パスタ ピーファン でんぶん さとう ストロベリージャム	・にんにく しょうが たまねぎ エリンギ トマト パセリ にんじん ねぎ	作道小6年 塚原小1、2年

今月の射水の食材・・・ごまつな

※ 食材料の都合により変更することもあります。

### 食物アレルギーの対応について

次の食品が含まれている場合は、献立名の横に印を付けましたので、参考にしてください。

卵・卵製品…★ 牛乳・乳製品…◎ カニ・エビ…※  
ピーナッツ…▲ 大豆・豆乳(豆腐など加工食品は除く)…●