



5月 予定献立表



川平小中学校

食品群	体内での働き
あか	主に血や肉となり体をつくる
き	エネルギーとなり体を動かす
みどり	体の調子を整える

給食目標：衛生に気をつけて食べよう

	月	火	水	木	金
こんだて	給食を準備するときは、身なりを整え、えいせい面に気をつけながら、きちんと配ぜんしましょう。 5月2日（5日が休みの為）は子どもの日のお楽しみ献立です。 子どもたちがまっすぐにすくすく成長してくれることを願って、たけのこを使った、たけのこごはん、兜（かぶと）春巻きがです。「兜」は命を守る武具として使われていました。男の子を事故や災害から守る象徴として飾られます。兜に見立てた春巻きは、たくましく育ってくれることを願った献立です。 ☆ お楽しみに ☆	1 牛乳 ご飯 納豆 パパイヤチャンプルー けんちん汁		2 お楽しみ献立 牛乳 たけのこご飯 かぶと春巻き ナムル 若竹汁 ミニかしわもち	
あか		牛乳 納豆 豆腐 コンビーフ わかめ 花かつお みそ		牛乳 ぶた肉 油揚げ ハム チーズ わかめ 花かつお	
き		精白米 ごま油 サラダ油		精白米 もち米 かしわもち 春巻き皮 サラダ油	
みどり		パパイヤ 大根 人参 ごぼう 小松菜 しめじ		たけのこ 人参 ねぎ 大根 小松菜 ししいたけ	
こんだて	5 こどもの日 	6 こどもの日振替休日 	7 牛乳 トマトリゾット ナッツごぼう かきたま汁	8 ゴーヤの日 牛乳 マグロカツ ゴーヤチャンプルー もずくみそ汁	9 牛乳 フォカッチャ チキンの照り焼き シーザーサラダ ミネストローネ
あか			牛乳 とり肉 チリメンジャコ 卵 チーズ 花かつお	牛乳 マグロ ぶた肉 豆腐 卵 もずく ゆし豆腐 花かつお みそ	牛乳 とり肉 卵 ベーコン
き			精白米 でん粉 砂糖 ナッツ ごま バター サラダ油	精白米 サラダ油 小麦粉 パン粉	フォカッチャ ジャが芋 砂糖 マカロニ クルトン サラダ油 ドレッシング
みどり			玉ねぎ 人参 パプリカ ごぼう ほうれん草 マシュルーム コーン	ゴーヤ 玉ねぎ 人参	玉ねぎ 人参 レタス きゅうり トマト にんにく セロリ しょうが インゲン
こんだて	12 牛乳 おかかしらすご飯 ちくわ香味揚げ 鶏汁	13 牛乳 スパゲティーミートソース グリーンサラダ かきたまスープ	14 牛乳 ご飯 麩チャンプルー もずく酢 みそ汁	15 牛乳 ご飯 キャベツメンチカツ 三色きんぴら みそ汁	16 牛乳 ナン キーマカレー ポテトサラダ コンソメスープ
あか	牛乳 しらす とり肉 ちくわ 昆布 花かつお	牛乳 ぶた・とりひき肉 ぶたレバー 卵 カニ棒	牛乳 卵 ポーク もずく 油揚げ 花かつお みそ	牛乳 ぶた・とりひき肉 卵 大豆 わかめ 花かつお みそ	牛乳 ぶた・とりひき肉 大豆 卵 ミックスビーンズ
き	精白米 小麦粉 ごま サラダ油	スパゲティー オリーブオイル でん粉 ドレッシング	精白米 もちきび 砂糖 サラダ油	精白米 小麦粉 パン粉 砂糖 サラダ油	ナン ジャが芋 マヨネーズ 小麦粉 サラダ油
みどり	大根 人参 ごぼう 山東菜 しょうが ししいたけ	玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ きゅうり レタス 水菜 コーン マシュルーム きくらげ	玉ねぎ 人参 キャベツ にら 山東菜 しょうが しめじ	玉ねぎ 人参 キャベツ ごぼう インゲン チンゲン菜	玉ねぎ 人参 きゅうり ビーマン ほうれん草 にんにく しょうが コーン
こんだて	19 牛乳 紅芋ご飯 グルクンアーサあかけ 沖縄風みそ汁	20 牛乳 ジャジャ麺 わかめスープ ミニ肉マン	21 牛乳 ピタパン スラッピージョー 野菜サラダ 白菜クリームスープ	22 牛乳 親子丼（麦ご飯） 五色和え 赤だし	23 牛乳 ご飯 いわしかほすレモン煮 人参シリシリ みそ汁 バナナマフィン
あか	牛乳 グルクン ポーク 豆腐 アーサ 花かつお みそ	牛乳 ぶた・とりひき肉 卵 ぶた肉 大豆 わかめ みそ	牛乳 ぶた・とりひき肉 大豆	牛乳 とり肉 卵 ハム とうふ わかめ 花かつお みそ	牛乳 いわし 卵 油揚げ 花かつお みそ
き	精白米 紅芋 小麦粉 でん粉 サラダ油	中華めん 砂糖 小麦粉 パン粉 ごま油 サラダ油	ピタパン パン粉 オリーブ油 砂糖 ドレッシング	精白米 押し麦 砂糖 サラダ油	精白米 ジャが芋 ケーキミックス 砂糖 マーガリン サラダ油
みどり	玉ねぎ 人参 へちま 山東菜 きくらげ	玉ねぎ 人参 白ねぎ きゅうり だけのこ キャベツ にんにく しょうが ししいたけ	玉ねぎ 人参 ビーマン レタス きゅうり きゃべつ ほうれん草 白菜 にんにく	玉ねぎ 人参 水菜 もやし きゅうり 小松菜 豆苗 しめじ ししいたけ コーン	人参 にら ほうれん草 バナナ かぼす レモン
こんだて	26 牛乳 チキンカレー（麦ご飯） カラフルサラダ くだもの	27 牛乳 汁そば 和え物 黒糖ミルクもち	28 牛乳 ご飯 きびなごから揚げ 筑前煮 みそ汁	29 牛乳 ご飯 唐草焼き こぶびら みそ汁	30 牛乳 ビビンバ（麦ご飯） もずくスープ フルーツムース
あか	牛乳 とり肉	ぶた肉 だし骨 とりガラ かまぼこ きな粉 黒糖	きびなご とり肉 ちくわ わかめ 花かつお みそ	とうふ とりひき肉 卵 ひじき こんぶ 花かつお みそ	牛乳 牛肉 卵 もずく
き	精白米 押し麦 ジャが芋 大豆 砂糖 サラダ油 オリーブ油	八重山そば 砂糖 サラダ油 タピオカ	精白米 小麦粉 でん粉 砂糖 サラダ油	精白米 砂糖 ごま サラダ油	精白米 押し麦 砂糖 ごま サラダ油 ムース
みどり	玉ねぎ 人参 きゅうり レタス パプリカ ブロッコリー にんにく くだもの	ねぎ きゅうり しょうが ゴーヤ キャベツ	大根 人参 レンコン ごぼう インゲン 小松菜 しめじ ししいたけ	ごぼう 人参 チンゲン菜 えのき茸	大根 人参 ほうれん草 ゼンマイ にんにく しょうが きくらげ

◆ 天候や材料の都合により献立の変更をすることがあります。ご了承下さい

