

令和6年度 5月分		小学校給食予定献立表(松原小学校)				鴻巣市教育委員会
日曜	献立名	食品の種類				エネルギー
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料	たんぱく質
1水	牛乳		牛乳			624
	ツイストパン	ツイストパン				
	鶏肉のバーベキューソース	砂糖	鶏肉	玉ねぎ にんにく すりおろしりんご	塩 こしょう 白ワイン トマトピューレ スライスソース しょうゆ	28.3
	ブロッコリーサラダ			ブロッコリー サラダこんにゃく キャベツ	ドレッシング	18%
	ウインナーとレンズ豆のスープ	じゃがいも	ウインナー レンズ豆	にんじん 玉ねぎ コーン パセリ	コンソメ 塩 こしょう	
2木	牛乳		牛乳			703
	たけのこごはん	米 油 砂糖	鶏肉 油揚げ	にんじん たけのこ	しょうゆ 酒 塩	
	かつおフライ	油	かつおフライ		中濃ソース	27.8
	キャベツのみそ汁		豆腐 みそ	キャベツ にんじん 玉ねぎ	かつおさばだし	16%
	かしわもち	かしわもち				
7火	牛乳		牛乳			586
	ごはん(こうのとり伝説米)	米				
	さわらの西京焼き		さわらの西京漬け			24.9
	切り干しだいこんサラダ			切り干しだいこん きゅうり もやし にんじん		17%
8水	牛乳		牛乳			612
	大山おこわ(鳥取県の郷土料理)	米 もち米 砂糖	鶏肉 油揚げ	山菜ミックス(わらび・みずな・えのきたけ・うど・なめこ たけのこ) にんじん たけのこ 干しいたけ	みりん 酒 しょうゆ 塩	26.4
	厚焼き卵		厚焼き卵			17%
	肉だんご汁		肉だんご 豆腐 みそ	ごぼう だいこん にんじん 玉ねぎ	かつおさばだし	
	河内ばんかん			河内ばんかん		
9木	牛乳		牛乳			586
	食パン	食パン				
	いちごジャム	いちごジャム				
	ポークビーンズ	じゃがいも 油 砂糖	豚肉 大豆	玉ねぎ にんじん しめじ にんにく トマト	ケチャップ ウスターソース パプリカ粉 スープストック 塩 こしょう 赤ワイン	27.4
	アスパラサラダ			アスパラガス キャベツ にんじん コーン	ドレッシング	19%
10金	牛乳		牛乳			663
	チャンポンめん(長崎県の郷土料理)	ホット中華めん 油 でんぷん	豚肉 えび いか さつま揚げ	しょうが コーン にんじん キャベツ もやし	白ワイン しょうゆ 塩 こしょう	
	ひじきの中華炒め	ごま油	ひじき 鶏肉	にんじん たけのこ こんにゃく ビーマン しょうが にんにく	中華だし 酒 豆板醤 しょうゆ こしょう	27.4
	抹茶蒸しパン	ホットケーキミックス粉 バター 砂糖	甘納豆 牛乳		抹茶	17%
	牛乳		牛乳			614
13月	コーンピラフ	米 バター 油	ウインナー	にんじん 玉ねぎ コーン ビーマン マッシュルーム	塩 こしょう スープストック 白ワイン	23.0
	きびなごかりかり焼き(低2こ・高3こ)		きびなごかりかりフライ			15%
	キャロットスープ	油 ホワイトルク じゃがいも	ベーコン 牛乳	玉ねぎ にんじん ベースト パセリ	スープストック 塩 こしょう	
14火	牛乳		牛乳			606
	ごはん	米				
	赤魚の塩こうじ焼き		赤魚の塩こうじ漬け			30.6
	大豆の磯煮	砂糖 油	鶏肉 油揚げ 大豆 ひじき	ごぼう にんじん こんにゃく	しょうゆ みりん	20%
	五目汁	でんぷん	厚揚げ	にんじん えのきたけ だいこん ねぎ	酒 しょうゆ 塩 かつおさばだし	
15水	牛乳		牛乳			585
	黒パン	黒パン				
	ハンバーグ	砂糖	ハンバーグ		ケチャップ 中濃ソース 赤ワイン	24.1
	ポイルキャベツ			キャベツ	塩	16%
	コンソメスープ	じゃがいも	ベーコン	にんじん 玉ねぎ コーン パセリ	コンソメ 塩 こしょう	
16木	牛乳		牛乳			643
	カレーライス	米 じゃがいも 油 バター 小麦粉	豚肉 スキムミルク	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん すりおろしりんご 炒め玉ねぎ	カレー粉 スープストック ケチャップ ウスターソース こしょう 塩	23.3
	海藻サラダ		海藻ミックス(わかめ・こんぶ・寒わかめ・白と さかのり・青とさかのり・赤とさかのり)	キャベツ にんじん きゅうり	ドレッシング	14%
	チーズ		チーズ			
	牛乳		牛乳			669
17金	新玉ねぎのうま塩うどん	地粉うどん 油 ごま油	豚肉	にんじん 玉ねぎ ねぎ しめじ	白ワイン かつおだし うすくししょうゆ みりん 塩 こしょう 酒	26.1
	鶏肉とポテトの甘辛揚げ	でんぷん 油 じゃがいも 砂糖	鶏肉	しょうが ビーマン	酒 しょうゆ	16%
	冷凍みかん			みかん		

日曜	献立名	食品の種類				エネルギー
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料	たんぱく質
20月	牛乳		牛乳			609
	ひき肉ともやしのおんかけ丼	米 砂糖 油 ごま油 でんぷん	豚肉	しょうが にんにく もやし ビーマン にんじん 干しいたけ 煮干し	豆板醤 しょうゆ 塩 酒	27.6
	五目スープ	ごま 春雨	鶏肉 うずら卵 豆腐	にんじん ねぎ チンゲンサイ	中華だし 塩 酒	18%
	冷凍パン				パン	
	牛乳		牛乳			600
21火	深川飯(東京都の郷土料理)	米 砂糖 油	あさり	しょうが にんじん ごぼう さやいんげん	酒 しょうゆ 塩	31.0
	いかのかりん揚げ(低1こ・高2こ)	油 砂糖	いかでんぷん付き	しょうが	酒 しょうゆ	21%
	具汁(埼玉県郷土料理)		大豆 豆腐 みそ	にんじん だいこん ねぎ	かつおさばだし	
22水	牛乳		牛乳			590
	ごはん	米				
	あじのねぎ香り焼き		あじのねぎ香り漬け			30.0
	土佐煮(高知県の郷土料理)	油 砂糖	鶏肉 かつお節	こんにゃく たけのこ にんじん さやいんげん	しょうゆ みりん 酒	20%
23木	牛乳		牛乳			595
	はちみつパン	はちみつパン				
	鶏肉のパプリカージュ	油	鶏肉 生クリーム	しめじ 玉ねぎ トマト ビーマン にんにく	パプリカ粉 スープストック 塩 こしょう 赤ワイン	27.5
	コーンポテト	油 じゃがいも		コーン	塩 こしょう	18%
	ファイバースープ	大麦	ベーコン	玉ねぎ にんじん キャベツ	スープストック 塩 こしょう	
24金	牛乳		牛乳			629
	ごはん	米				
	厚揚げとキムチの炒め物	油 砂糖 でんぷん	豚肉 厚揚げ	しょうが ねぎ にんにく ほうきキムチ にんじん 玉ねぎ たら	酒 オイスターソース しょうゆ	27.5
	ワンタンスープ	ワンタンの皮 ごま油	豚肉	にんじん キャベツ もやし ねぎ しょうが	中華だし 塩 しょうゆ	17%
27月	牛乳		牛乳			590
	こくまヨ五目ごはん	米 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	鶏肉	にんじん しめじ 枝豆 たけのこ ごぼう	酒 塩 しょうゆ	22.7
	メンチカツ	油	メンチカツ		中濃ソース	15%
	かき玉汁	でんぷん	卵 わかめ	にんじん ごまつな 干しいたけ	しょうゆ 塩 かつおさばだし	
	冷凍みかん			みかん		
28火	牛乳		牛乳			612
	しょうゆラーメン	ホット中華めん 油	豚肉 なた	にんじん もやし ねぎ たけのこ にんにく	白ワイン しょうゆ こしょう	25.7
	春巻	油	春巻			17%
	千草炒め	油 春雨 ごま 砂糖	ハム	にんじん キャベツ	しょうゆ 酢	
29水	牛乳		牛乳			696
	ハヤシライス	米 じゃがいも 油 ハヤシルク 砂糖	豚肉 スキムミルク	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん	トマトピューレ ケチャップ コンソメ 赤ワイン 中濃ソース 塩 こしょう	22.6
	オムレツ		オムレツ			13%
	アセロラポンチ	アセロラゼリー			パン 黄桃 こんにゃくダイズレモン	
30木	牛乳		牛乳			589
	こどもパン	こどもパン				
	スパゲティボンゴレ	油 スパゲティ	ベーコン あさり チーズ	にんにく 玉ねぎ にんじん しめじ パセリ	白ワイン スープストック 塩 こしょう	28.3
	チキンナゲット(低1こ・高2こ)		チキンナゲット	キャベツ きゅうり 赤パプリカ コーン		19%
31金	牛乳		牛乳			615
	ごはん	米				
	カレイの竜田揚げ	油	カレイの竜田揚げ			26.0
	切り昆布の煮物	砂糖 ごま油	すき昆布 さつま揚げ	にんじん 干しいたけ こんにゃく	酒 しょうゆ 塩	17%
	玉ねぎのみそ汁	じゃがいも	油揚げ みそ	玉ねぎ	かつおさばだし	
はしは毎日 忘れずに持ってきてましよう		給食回数 21回	学校給食摂取基準 たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%		エネルギー 650 kcal 5月平均摂取量 620 kcal 26.6g(17.2%)	
* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。						
<p>豚肉: 鶏肉: にんじん: 玉ねぎ: じゃがいも: キャベツ: ビーマン: ねぎ: セロリ: ごぼう: だいこん: もやし: たら:</p> <p>立春の日から八十八日目を「八十八夜(はちじゅうはちや)」といいます。八十八夜は、種まきや田植え、お茶を摘むなど、春の農作業が行われる時期で、農業をする人には大切な日とされています。</p> <p>今年は5月1日(水)が八十八夜にあたります。この時期に摘まれたお茶は「新茶」または「一番茶」といい、栄養が豊富でおいしいといわれています。また、うまみがあり、香りも良いのが特徴です。</p>						