

5月分予定献立表



しんがくが はじ けつ
新学期が始まり、1ヶ月がたちました。
あたら びんがくが はじ
新しい学校には慣れましたか？
この時期は、4月の緊張がほぐれて身体
の疲れが出やすくなります。
からだ つか
身体の疲れをためないように、早寝早起
きを、しっかりと朝ご飯を食べまし
よう！



火		水		木		金			
1		2		3		4			
○牛乳 ごはん じゃがいもたまねぎのみそ煮 ○じゃがいも ★キャベツ ○ふにゃいも ★にんじん ○あぶらあげ ○みそ ★たまねぎ だしパック ★えのきたけ いやしのおぎなれかけ ○いわし しょうゆ ★ねぎ さけ ★しょうが みりん さとう かたくりこ		○牛乳 ごはん すきやき ○ぶたにく ★えのきたけ ○とりにく ○ふ ○とうふ しょうゆ ★はくさい さとう ★たまねぎ さけ ★こんにゃく みりん キャベツのしゅうりょう ★キャベツ ○たまご ★きりぼしだいこん はなやかごはんのもと ★きゅうり		3 憲法記念日 		4 みどりの日 			
588kcal		570kcal							
7		8		9		10			
○牛乳 パン オムレツ チンゲンサイのスープ ○ぶたにく ★はくさい ○とうふ ★コーン ★チンゲンサイ □ごまあぶら ★もやし ちゅうかだし ★たまねぎ こしょう ★※かぼちゃコロッケ		○牛乳 ごはん うすいえんどう汁 ○とりにく ★こんにゃく ○こうやどうふ しょうゆ ○ひらてん さとう ★うすいえんどう さけ ★だいこん みりん ★にんじん ちんすえ ○たまご □ごま ★ほうれんそう しょうゆ ★キャベツ さとう ★もやし		○牛乳 ごはん わかたけ ○とうふ ★えのきたけ ○わかめ ★こんにゃく ★だけのこと しょうゆ ★にんじん しお ★たまねぎ だしパック さばのみそだれかけ ○さば みりん ○みそ さけ さとう かたくりこ		○牛乳 パン カレーシチュー ○とりにく カレールフ ○じゃがいも ウスターソース ★たまねぎ トマトピューレ ★にんじん コンソメ きりぼしだいこんとツナのサラダ ○ツナ しょうゆ ★きりぼしだいこん さとう ★きゅうり す ★キャベツ しお □ごまあぶら		○牛乳 煎炒かりごはん かやくうどん ○うどん ★しいたけ ○とりにく ★ねぎ ○かまぼこ しょうゆ ○あぶらあげ みりん ★にんじん さけ ★たまねぎ だしパック ★はくさい ※しょうまい(2こ)	
701kcal		623kcal		670kcal		628kcal			
14		15		16		17			
○牛乳 パン ビーフスープ ○とりにく ★しいたけ ○ぶたにく ★しょうが ○とうふ □ビーフン ○うすらたまご □ごまあぶら ★たまねぎ さけ ★もやし こしょう ★にんじん ちゅうかだし ※しょうがかなフライ		○牛乳 ハンバーグ ○ごはん ★しめじ ○ぶたにく ハヤシルウ ○じゃがいも ウスターソース ★たまねぎ コンソメ ★にんじん かまのみそだれ ○だいず ○ツナ ○たまご ★きゅうり		○牛乳 ごはん じゃがもちのみそ煮 ○じゃがもち ★にんじん ○あぶらあげ ★こんにゃく ★だいこん ★ねぎ ★ごぼう ○みそ ★はくさい だしパック ※ハンバーグ(だいこんソース) ○※ハンバーグ みりん ★だいこん さとう ★クレソン す しょうゆ かたくりこ		○牛乳 あげパン ○パン グラニューとう ※ハム ○とりにく ★コーン ○ウィンナー ★しめじ ★キャベツ ★いんげん ★だいこん こしょう ★たまねぎ コンソメ ★にんじん ※オムレツ(デミグラスソース) ○※オムレツ トマトピューレ ★たまねぎ ウスターソース デミグラスソース さとう ケチャップ		○牛乳 ごはん マーボー豆腐 ○ぶたにく ○みそ ○とりにく さとう ○豆腐 しょうゆ ★たまねぎ トウパンジャン ★ねぎ テンメンジャン ★しいたけ ちゅうかだし ★しょうが かたくりこ かぶすのもの ○ハム □ごまあぶら ○たまご す ★もやし さとう ★きゅうり しょうゆ □はるさめ しお	
666kcal		712kcal		657kcal		733kcal			
21		22		23		24			
○牛乳 パン ミネストローネ ○ベーコン ★トマト ○だいず □マカロニ ★にんじん ケチャップ ★キャベツ こしょう ★たまねぎ コンソメ ★セロリ ※きゅうりにくコロッケ		○牛乳 ごはん ※たまごみりかけ オムレツ ○とりにく しょうゆ ○あつあげ さとう ○ひらてん さけ ○じゃがいも みりん ★にんじん ちゅうかだし ★たまねぎ コチュジャン ★いんげん さんまのやさいあんかけ ★もやし □ごまあぶら ★ごまつな す ★にんじん しょうゆ □ごま さとう		○牛乳 カレーライス ○ごはん ★にんじん ○じゃがいも カレールフ ○とりにく ウスターソース ★たまねぎ コンソメ フルーツポンチ ○ゼリー ★パイ ○かんてん ★みかん		○牛乳 パン ※いちごミックスジャム マゼランスープ ○ベーコン ★コーン ○じゃがいも ★いんげん ★たまねぎ こしょう ★にんじん コンソメ ★だいこん ※ハムソテー(ケチャップソース) ○※ハムソテー さとう ケチャップ しょうゆ トマトピューレ かたくりこ		○牛乳 ごはん みそけんちん汁 ○とうふ ★にんじん ★だいこん ★ねぎ ★こんにゃく ○みそ ★ごぼう だしパック ★たまねぎ ※すきやきふうフライ	
674kcal		669kcal		732kcal		614kcal			
28		29		30		31			
○牛乳 パン ごぼうスパゲティ ○スパゲティ ★えのきたけ ○ぶたにく ガーリック ○ベーコン トウパンジャン ★ごぼう しょうゆ ★キャベツ さとう ★にんじん もやしのカレーライス ○ツナ す ★もやし さとう ★キャベツ しお カレーこ こしょう		○牛乳 ごはん よのみそ煮 ○ぶた ★もやし ○とうふ ★はくさい ○わかめ ○みそ ★こんにゃく だしパック さんまのやさいあんかけ ○さんま す ★たまねぎ さとう ★にんじん さけ ★えのきたけ しお ★しょうが こしょう しょうゆ かたくりこ みりん		○牛乳 おたどん ○ごはん ★しょうが ○ぶたにく ○ふ ○かまぼこ さとう ★たまねぎ しょうゆ ★ねぎ さけ ★こんにゃく みりん ※あつやきたまご		○牛乳 パン ヨーヨーポスタージュ ○ベーコン ★コーン ○じゃがいも ★コーンクリーム ★たまねぎ ○ぎゅうにゅう ★にんじん コンソメ ★しめじ ポスタージュール アスパラガスとキャベツのサラダ ○ツナ しょうゆ ★アスパラガス さとう ★きゅうり す ★キャベツ しお □ごまあぶら			
637kcal		685kcal		613kcal		633kcal			



□・・・き (ねつやちからのもとになる) ○・・・あか (ち、にく、ほねをつくる) ★・・・みどり (からだのちようしをととのえる)
 * 材料の割合により、献立を変更する場合があります。
 * 5月分の給食費引き落としは、6月11日(月)になりますので、よろしくお願ひします。
 * 未納の方については、和歌山簡易裁判所に支払督促申立を行いますので、ご注意ください。

日 曜	献 立 名	
1 火	ごはん じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 いわしのねぎだれかけ	牛乳 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁[油揚げ(大豆) 麩(小麦) 調味料(さば 大豆)] いわしのねぎだれかけ[調味料(小麦 大豆)]
2 水	ごはん すき焼き煮 キャベツの彩りあえ	牛乳 すき焼き煮[鶏 豚 麩(小麦) 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)] キャベツの彩りあえ[卵 調味料(大豆)]
7 月	パン チルドチョコ チンゲンサイのスープ かぼちゃコロッケ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) チルドチョコ(乳 大豆) チンゲンサイのスープ[豚 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] かぼちゃコロッケ(乳 小麦 大豆)
8 火	ごはん さけふりかけ うすいえんどう入り高野豆腐の煮物 干草あえ	牛乳 さけふりかけ(ごま 小麦 大豆 乳 さけ) うすいえんどう入り高野豆腐の煮物[鶏 高野豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)] 干草あえ[卵 調味料(小麦 大豆 ごま)]
9 水	ごはん 若竹汁 さばのみそだれかけ	牛乳 若竹汁[豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)] さばのみそだれかけ[さば 調味料(大豆)]
10 木	パン カレーシチュー 切干し大根とツナのサラダ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) カレーシチュー[鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 りんご)] 切干し大根とツナのサラダ[ツナ(大豆) 調味料(小麦 大豆 ごま)]
11 金	ゆかりごはん かやくうどん しゅうまい(2個)	牛乳 ゆかりごはん(無) かやくうどん[うどん(小麦) 鶏 油揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)] しゅうまい(卵 鶏 小麦 豚 乳 大豆 ごま)
14 月	パン ビーフンスープ 白身魚フライ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) ビーフンスープ[鶏 豚 うずら卵(卵) 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] 白身魚フライ(小麦 大豆)
15 火	ハヤシライス かみかみサラダ(マヨネーズクラス1本)	牛乳 ハヤシライス[豚 調味料(鶏 豚 小麦 大豆 りんご)] かみかみサラダ[大豆 卵 ツナ(大豆)] マヨネーズ(大豆 卵 りんご)
16 水	ごはん じゃがもちのみそ汁 ハンバーグ(大根ソース)	牛乳 じゃがもちのみそ汁[油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] ハンバーグ[ハンバーグ(鶏 豚 大豆 小麦) 調味料(小麦 大豆)]
17 木	揚げパン ポトフ オムレツ(デミグラスソース)	牛乳 揚げパン(小麦 大豆 乳) ポトフ[鶏 ウィナー(豚 鶏 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] オムレツ[オムレツ(卵 りんご) 調味料(小麦 大豆 牛 豚 りんご)]
18 金	ごはん マーボー豆腐 華風酢の物	牛乳 マーボー豆腐[鶏 豚 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] 華風酢の物[ハム(卵 乳 豚 大豆) 卵 調味料(小麦 大豆 ごま)]
21 月	パン ミネストローネ 牛肉コロッケ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) ミネストローネ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) マカロニ(小麦) 大豆 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 牛肉コロッケ(大豆 牛 小麦 乳)
22 火	ごはん たまごふりかけ タツリタン 三色ナムル	牛乳 たまごふりかけ(卵 乳 大豆 ごま 小麦) タツリタン[鶏 厚揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] 三色ナムル[ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)]
23 水	カレーライス フルーツポンチ	牛乳 カレーライス[鶏 調味料(小麦 大豆 豚 鶏 りんご)] フルーツポンチ[ゼリー(大豆 もも りんご)]
24 木	パン いちごミックスジャム マセドアンスープ ハムソテー(ケチャップソース)	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) いちごミックスジャム(りんご) マセドアンスープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] ハムソテー[ハム(豚 鶏) 調味料(小麦 大豆)]
25 金	ごはん みそけんちん汁 すき焼き風フライ	牛乳 みそけんちん汁[豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)] すき焼き風フライ(大豆 牛 小麦 ゼラチン 鶏 豚)
28 月	パン ごぼうスパゲティ もやしのカレードレッシングあえ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) ごぼうスパゲティ(スパゲティ(小麦 さけ 大豆) 豚 ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆)] もやしのカレードレッシングあえ[ツナ(大豆)]
29 火	ごはん 麩のみそ汁 さんまの野菜あんかけ	牛乳 麩のみそ汁[麩(小麦) 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)] さんまの野菜あんかけ[調味料(小麦 大豆)]
30 水	豚丼 厚焼きたまご	牛乳 豚丼[豚 麩(小麦) 調味料(小麦 大豆)] 厚焼きたまご(卵 小麦 大豆 さば やまいも 乳 牛 豚)
31 木	パン コーンポタージュ アスパラガスとキャベツのサラダ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) コーンポタージュ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 牛乳(乳) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)] アスパラガスとキャベツのサラダ[ツナ(大豆) 調味料(小麦 大豆 ごま)]

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料27品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 あわび いか いくら えび オレンジ かに キウイ 牛肉 くるみ
さけ さば 大豆 鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご ゼラチン パナナ ごま カシューナッツ

* 牛乳は、アレルギー物質ですが常時使用していますので、表示をしていません。

* (無)・・・対象原材料27品目が食品に含まれていないことを意味します。

* 一部 商品名を載せています。