

5月分予定献立表


**5月使用予定の
市内産・県内産野菜と果物**

クレソン、うすいえんどう
玉ねぎ、キャベツ
小松菜、きゅうり



岩出市産の食材が使われて
いる日は、そうへいちゃん
のイラストをのせ、食材名を
太字にしています。

きがして
みてね



水		木		金	
1		2		3	
○牛乳		○牛乳		○牛乳	
ごはん わかめとたけのこのみそしる ○あぶらあげ ☆キャベツ ○とうふ ☆えのきだけ ○わかめ ○みそ ☆たけのこ だしパック ☆たまねぎ ※かつおのうめソース ○※かつおフライ しょうゆ ☆うめ みりん さとう ※こどものひせりー		パン ABCマカロニスープ ○とりにく ☆だいこん ○マカロニ ☆こまつな ☆キャベツ コンソメ ☆たまねぎ こしょう ☆にんじん ※チキンのオープンやき(チーズ)		けんほうきねんび 憲法記念日 	
650kcal		560kcal			
6	7	8	9	10	
	○牛乳	○牛乳	○牛乳	うすいえんどういり ○牛乳	
ふりかえきゅうり 振替休日 	ごはん マーボー豆腐 ○とりにく ○みそ ○ぶたにく さけ ○とうふ さとう ☆たまねぎ しょうゆ ☆ねぎ トウパンジャン ☆にんじん ちゅうかだし ☆しょうが かたくりこ ☆にんにく かふうすのもの □ほるさめ しょうゆ ○ハム □ごまあぶら ○たまご す ☆きゅうり さとう ☆にんじん しお	ごはん ※ひじきのり ほるさめスープ ○ぶたにく □ほるさめ ○わかめ □ごまあぶら ☆たまねぎ □こま ☆にんじん ちゅうかだし ☆はくさい かたくりこ ☆とうもろこし ※ぎょうざ(2こ)	パン ひよこまめとトマトのスープ ○ベーコン ☆にんじん ○ひよこまめ ☆キャベツ □じゃがいも ☆いんげん ○マカロニ コンソメ ☆トマト こしょう ☆たまねぎ ※ぎゅうにくコロッケ	なすいりこうやでたんたんどん □ごはん □ごまあぶら ○ぶたにく □ごま ○こうや豆腐 さけ ☆なす さとう ☆たまねぎ しょうゆ ☆にんじん オイスターソース ☆うすいえんどう トウパンジャン ☆しょうが ちゅうかだし ○みそ キャベツのおかかえ ☆キャベツ しょうゆ ☆もやし さけ ☆きゅうり みりん ○かつおぶし	
	594kcal	590kcal	683kcal	590kcal	
13	14	15	16	17	
○※シリア(いちご)	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	
パン ビーフシチュー ○きゅうにく ☆フロッコリー □じゃがいも ☆にんにく ☆たまねぎ あかワイン ☆にんじん ビーフシチューのもと ☆トマト コンソメ ☆しめじ イタリアンサラダ ○ハム □オリーブゆ ☆キャベツ す ☆きゅうり さとう ☆にんじん ☆バジル ☆たまねぎ しお	ごはん ちくわとたけのこのおかに ○とりにく ☆しいたけ ○ちくわ ☆ごぼう ○こうや豆腐 □ごめあぶら ☆たけのこ □かつおぶし ☆にんじん しょうゆ ☆こんにゃく さとう ☆いんげん みりん	さかなのほねに ちゅういししょう ※わかめごはん ぶたじる ○ぶたにく ☆はくさい □じゃがいも ☆ごぼう ☆たまねぎ ☆クレソ ☆にんじん ○みそ ☆だいこん だしパック しろみざかなのてんぷら ○ホキ す こむぎこ しお かたくりこ	パン ※チルドチョコ どうにゅうコーンポタージュ ○ベーコン ☆コーンクリーム □じゃがいも ○とうにゅう ☆たまねぎ コンソメ ☆いんげん コーンポタージュのもと ☆とうもろこし ※オムレツ(トマトソース) ○オリーブゆ ○とりにく かたくりこ ○ぶたにく ケチャップ ☆たまねぎ さとう ☆にんにく ウスターソース ☆トマト 714kcal	ごはん キャベツとあつあげのために ○ぶたにく ○みそ ○あつあげ □ごまあぶら ☆たまねぎ ちゅうかだし ☆にんじん テンメンジャン ☆キャベツ トウパンジャン ☆ピーマン かたくりこ ☆しょうが しょうゆ ※とりつくね	
	570kcal	590kcal	590kcal	714kcal	
20	21	22	23	24	
○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	
あげパン □パン グラニューとう やさいスープ ○とりにく ☆しめじ ☆キャベツ □じゃがいも ☆たまねぎ コンソメ ☆こまつな こしょう ☆にんじん ※にくだんご(2こ)	ぶたどん □ごはん ☆ねぎ ○ぶたにく ☆えのきだけ ☆しょうが □ふ ☆たまねぎ さとう ☆にんじん しょうゆ ☆いんげん みりん ☆こんにゃく さけ わふうだいこんサラダ ☆だいこん しょうゆ ☆きゅうり さとう ○ツナ す □ごまあぶら しお	さかなのほねに ちゅういししょう ごはん あぶらあげとキャベツのみそしる ○あぶらあげ ☆にんじん ○とうふ ☆えのきだけ ☆たまねぎ ○みそ ☆キャベツ だしパック さばのごまだれかけ ○さば みりん □ごま さけ ☆しょうゆ かたくりこ さとう	パン げんりょうパン ※ミルメークココア ナポリタン □スパゲティ コンソメ ○ウインナー ケチャップ ☆たまねぎ トマトピューレー ☆しめじ ウスターソース ☆にんじん さとう ☆ピーマン アスパラサラダ ○とりにく □ごまあぶら ☆キャベツ さとう ☆アスパラガス す ☆とうもろこし しお □ごま しょうゆ	ひじきいりそぼろどん □ごはん ☆にんじん ○とりにく ☆しょうが ○ぶたにく しょうゆ ○たまご さけ ○ひじき みりん ○こうや豆腐 さとう ☆いんげん	
	669kcal	596kcal	589kcal	577kcal	
27	28	29	30	31	
○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	
パン コンソメスープ ○ベーコン □じゃがいも ☆キャベツ コンソメ ☆たまねぎ こしょう ☆にんじん ※ハンバーグ(デミグラスソース) ※ハンバーグ ケチャップ ☆たまねぎ トマトピューレー ☆えのきだけ さとう デミグラスソース	ごはん わかめとじゃがいものみそしる ○わかめ ☆えのきだけ ○あぶらあげ □じゃがいも ☆たまねぎ ○みそ ☆ねぎ だしパック うめずからあげ(2こ) ○とりにく しょうゆ うめず さけ かつお かつくりこ	カレーライス □ごはん ○とりにく ☆たまねぎ ☆にんじん カレーライス □じゃがいも カールウ ウスターソース コンソメ カラフルサラダ ○ツナ ☆レモン ☆キャベツ □オリーブゆ ☆にんじん さとう ☆とうもろこし す ☆たまねぎ しお	パン チリコンカン ○ミックスビーンズ ウスターソース ○ぶたにく チリパウダー ○だいすにく あかワイン ☆たまねぎ しお ☆にんじん コンソメ ☆しめじ ハヤシルウ ☆トマト カレー ☆ケチャップ さとう トマトピューレー こしょう こんにゃくとかいそうのサラダ ○かいそう ☆こんにゃく ☆とうもろこし あおじそドレッシング ☆きゅうり 582kcal	ごはん こんさいじる ○あぶらあげ ☆はくさい ○とうふ ☆こんにゃく ☆ごぼう ☆ねぎ ☆にんじん ○みそ ☆だいこん だしパック ※あじフライ ※とんかつソース(クラス1ぼん)	
	602kcal	633kcal	630kcal	619kcal	

□・・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)

* 材料の都合により、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10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。