

5月分予定献立表

5月使用予定の

市内産・県内産野菜

黒あわびだけ、うすいえんどう、
玉ねぎ、キャベツ、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。



給食では、市内産、県内産のものを多く
使用することで地産地消を進めています。



おはしょってすごい!

おはしは、毎日持ってきてね!



おはしを上手に使って
おいしく
食べようね!



月	火	水	木	金
4	5	6	7	8

699kcal

みどりの日	こどもの日	振り替え休日	<input type="checkbox"/> パン ポークシチュー <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> 大豆 <input type="checkbox"/> じゃが芋 <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> ハヤシルウ <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> コンソメ <input type="checkbox"/> トマト コールスローサラダ <input type="checkbox"/> ハム <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> コールスロードレッシング <input type="checkbox"/> きゅうり	<input type="checkbox"/> ごはん 煮つけ汁 <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> 白菜 <input type="checkbox"/> 白菜 <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> だしパック ※かつおかつ <input type="checkbox"/> ※かしわ餅
-------	-------	--------	---	---

666kcal

<input type="checkbox"/> パン 大麦入り春野菜スープ <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> 小松菜 <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> じゃが芋 <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> 大麦 <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> コンソメ <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> とうもろこし ※ハンバーグ(トマトソース) <input type="checkbox"/> ※ハンバーグ <input type="checkbox"/> オリーブ油 <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> 白ワイン <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> バジル <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごはん ひじき入りそぼろ丼 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> うすいえんどう <input type="checkbox"/> 卵 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> 高野豆腐 <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> ひじき <input type="checkbox"/> 酒 <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> ごはん わかめと厚揚げのみそしる <input type="checkbox"/> 厚揚げ <input type="checkbox"/> えのきだけ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> じゃが芋 <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> だしパック	<input type="checkbox"/> パン マカロニシチュー <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> マカロニ <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 白菜 <input type="checkbox"/> シチュールウ <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> コンソメ <input type="checkbox"/> じゃが芋	<input type="checkbox"/> ごはん いそ煮 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> いんげん <input type="checkbox"/> ひじき <input type="checkbox"/> じゃが芋 <input type="checkbox"/> 厚揚げ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 大豆 <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> ほねく <input type="checkbox"/> 酒 <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 人参
--	--	--	--	---

730kcal

<input type="checkbox"/> パン 揚げパン <input type="checkbox"/> 揚げパン <input type="checkbox"/> グラニュー糖 ジュリエンスープ <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> いんげん <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> じゃが芋 <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> コンソメ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 人参	<input type="checkbox"/> ごはん なす入り高野で坦々丼 <input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> 高野豆腐 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> オイスターソース <input type="checkbox"/> なす <input type="checkbox"/> 酒 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> 中華だし <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> トウバンジャン	<input type="checkbox"/> ごはん 昆汁 <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> 大豆 <input type="checkbox"/> えのきだけ <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> じゃが芋 <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> 大根 <input type="checkbox"/> だしパック	<input type="checkbox"/> ※シリアル 春雨スープ <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> 春雨 <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> 片栗粉 <input type="checkbox"/> 白菜 <input type="checkbox"/> 中華だし <input type="checkbox"/> 人参	<input type="checkbox"/> ごはん カレーライス <input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> じゃが芋 <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> カレールウ
---	--	---	--	---

771kcal

<input type="checkbox"/> パン 春野菜のスパゲッティ <input type="checkbox"/> スパゲッティ <input type="checkbox"/> アスパラガス <input type="checkbox"/> ツナ <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> 人参 チーズ入り大根サラダ <input type="checkbox"/> ハム <input type="checkbox"/> 米油 <input type="checkbox"/> チーズ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 大根 <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> 酢 <input type="checkbox"/> ブロッコリー <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> ごはん 根菜汁 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> じゃが芋 <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> 片栗粉 <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> 酒 <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> だしパック ※豆腐ハンバーグ(シャリアビンソース) <input type="checkbox"/> ※豆腐ハンバーグ <input type="checkbox"/> 片栗粉 <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> レモン <input type="checkbox"/> 赤ワイン <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> ごはん ほうれん草のごまスープ <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> 大根 <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> ねぎごま <input type="checkbox"/> ほうれん草 <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> 黒あわびだけ <input type="checkbox"/> 中華だし	<input type="checkbox"/> パン 豆乳コーンポタージュ <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> いんげん <input type="checkbox"/> じゃが芋 <input type="checkbox"/> コーンクリーム <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> コーンポタージュの素 <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> コンソメ たらのハーブ焼き <input type="checkbox"/> たら <input type="checkbox"/> オリーブ油 <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> バジル <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ローズマリー	<input type="checkbox"/> ごはん じゃが芋のそぼろ煮 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> じゃが芋 <input type="checkbox"/> 玉ねぎ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> いんげん <input type="checkbox"/> 酒 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> こんにやく
--	---	--	--	--

765kcal

□・・黄(熱や力のもとになる) ○・・赤(血、肉、骨を作る) ☆・・緑(体の調子を整える)
 * 材料の都合により、献立を変更する場合があります。