



# 令和6年度 5月予定献立表



宇城市学校給食センター



ひょう	しゅしょく	おかず	ざいりょう			ひとくちメモ	
			ちやにくやほねになる	ねつやちからになる	からだのちょうしをととのえる		
<b>八十八夜メニュー</b>							
1	すい	むぎごはん	しんじやがのそぼろに きりぼろにんじんアツのオニオンド おちやとじゃこのふりかけ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちりめん こうやどろふ オーシャンキング	こめ むぎ じゃがいも さとう アーモンド カシュナッツ ごま マヨネーズふうドレッシング	たまねぎ にんじん しいたけ カットこんにやく いんげん だいこん きゅうり	さわやかな季節に なりました。5月は 新学期からの疲れ がでやすく、体調 を崩しやすい時期 です。また、運動 会や体育大会もあ ります。栄養を しっかりと、早 寝・早起き・朝ご はんを心がけま しょう！
<b>端午の節句メニュー</b>							
2	もく	えだまめわかめごはん	うおそうめんじる きょうにくとごぼうのいりいため かしわもち	えだまめ わかめ きんしたまご ぎゅうにゅう どうふ だしこんぶ うおそうめん だしかつお ぎゅうにく	こめ むぎ あぶら さとう かしわもち	えのきたけ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ ごぼう さきがきごぼう カットこんにやく	1日 八十八夜 八十八夜は、立春 から数えて8日 目のことで、今年 は5月1日です。 この時から畑に霜 が降りる心配がな くなるので、農家 では、茶摘みや畑 の雑草などを始 める目安の日とさ れていました。
7	か	しよくパン	やさいのスープに せんぎりポテトのサラダ りんごジャム	ぎゅうにゅう ペーコン ツナ カクテルウィンナー ひよこまめ	ばん さとう オリーブゆ ごま じゃがいも さとう マヨネーズふうドレッシング	にんじん セロリ キャベツ たまねぎ きゅうり レタス りんごジャム	
8	すい	むぎごはん	たまねぎとじゃがいものみそしる しおさば くきわかめのサラダ	ぎゅうにゅう どうふ あげ さば わかめ サラダチキン だしりこ	こめ むぎ じゃがいも さとう マヨネーズふうドレッシング ごま ねりごま	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ きゅうり キャベツ コーン	
<b>他県の料理【愛知県：みそかつ】</b>							
9	もく	むぎごはん	わんたんのねぎごまスープ みそかつ ナッツのさっぱりあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく ローストナッツ	こめ むぎ ワンタン あぶら ごま さとう カシュナッツ ごまあぶら	キャベツ にんじん ねぎ もやし きくらげ こまつな きゅうり コーン	2日 こどもの日 5月5日は【こど もの日】は、こど もたちの健やかな 成長を願う日で す。【かしわの 葉】が出ないと古 い葉が落ちないこ とから、子孫繁栄 の意味があります。
10	きん	むぎごはん	ポークとまめのカレー フルーツヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ひよこまめ ヨーグルト	こめ むぎ あぶら じゃがいも さとう	セロリ にんじん たまねぎ リンゴピューレ みかんかん パイン ももかん カクテルゼリー	
13	げつ	しよくパン	しんじやがのクリームシチュー コーンとハムのサラダ シュガーナッツ	ぎゅうにゅう とりにく いんげん こなチーズ ハム いりだいず	ばん さとう じゃがいも カシュナッツ アーモンド	にんじん たまねぎ しめじ コーン パセリ キャベツ レモン きゅうり	旬の味：かつお・こねぎ
14	か	むぎごはん	わかたけじる かつおカツ やさいのみそマヨネーズあえ	ぎゅうにゅう つくね わかめ どうふ だしかつお だしこんぶ かつおカツ	こめ むぎ あぶら マヨネーズふうドレッシング	たけのこ たまねぎ にんじん しいたけ こねぎ キャベツ きゅうり	
15	すい	むぎごはん	かきたまじる ぶたにくのしょうがやき	ぎゅうにゅう たまご あげ だしかつお だしこんぶ ぶたにく あつあげ	こめ むぎ じゃがいも でんぶん さとう あぶら	にんじん たまねぎ こまつな キャベツ ビーマン	
16	もく	むぎごはん	しるビーフン やきぎょうざ1こ きりぼろだいにんのナムル	ぎゅうにゅう あげ ぶたにく かまぼこ ぎょうざ	こめ むぎ ケンミンビーフン あぶら ごまあぶら さとう ごま ねりごま	キャベツ たまねぎ もやし ねぎ にんじん きくらげ だいこん きゅうり	
<b>ふるさとくまさんデー：宇城市産の新玉ねぎが主役のあえものを作ります♪</b>							
17	きん	たかなごはん	だごじる こまつないりあつたまご しんたまねぎのあまずあえ	ぎゅうにゅう とりにく あげ たまごやき だしりこ	こめ むぎ ごまあぶら さとう ごま すいとん さといも	たかな にんじん きゅうり だいこん しいたけ ごぼう ねぎ *キャベツ たまねぎ しょうが あまなつみかん	今月は、新玉ねぎ を使って甘酢あえ を作ります。甘夏 みかんと一緒に和 えるので、彩もき れいですよ！熊本 の郷土料理、高菜 ごはんとだご汁を 組み合わせ、熊 本づくしのメ ニューです！すよ！熊本 のよさを感じなが らたべましょう！
20	げつ	コッペパンカット	やしきそば チーズのサラダ れいとうみかん	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ チーズ クッキングチーズ	ばん さとう スパゲッティ あぶら マヨネーズふうドレッシング	キャベツ たまねぎ にんじん もやし きくらげ あおのり レタス きゅうり コーン レモン みかん	
21	か	ビビンバ （にんじんのみそナムル）	わかめスープ	ぶたにく ぎゅうにゅう わかめ ベーコン あつあげ	こめ むぎ さとう あぶら ごまあぶら じゃがいも	にんじん キムチ もやし にんじん きゅうり たまねぎ えのきたけ ねぎ	
22	すい	むぎごはん	どうふのちゅうかに ひじきしゅうまい1こ かりかりきゅうり	ぎゅうにゅう オーシャンキング どうふ ぶたにく ひじきしゅうまい	こめ むぎ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	にんじん たまねぎ キャベツ ねぎ しいたけ たけのこ きゅうり ぽっぽけ しょうが	
23	もく	むぎごはん	じゃがいもとこまつなごまのみそしる ししゃもてんぶら1び ひじきだしりこ	ぎゅうにゅう あげ わかめ ししゃもてんぶら ひじき だしりこ	こめ むぎ じゃがいも ごま ごまあぶら あぶら さとう	こまつな たまねぎ にんじん ねぎ つきこんにやく	
24	きん	おやこどんぶり	かいそうサラダ ペビーチーズ	とりにく たまご かまぼこ あげ ぎゅうにゅう かいそう だしりこ サラダチキン ペビーチーズ	こめ むぎ さとう でんぶん ごま ごまあぶら	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ レタス きゅうり レモン	
27	げつ	コッペパン （セルフ カレーパン）	ミネストローネ キーマカレー あおりんごゼリー	ぎゅうにゅう ウィンナー だいず ひよこまめ ぎゅうにく ぶたにく だいずミート えだまめ	ばん さとう オリーブゆ あぶら じゃがいも	にんじん コーン たまねぎ キャベツ カットマト ビーマン りんごピューレ あおりんごゼリー	
<b>まごわやさしい和食の日 春：どうふ ご：アーモンド わ：ひじき や：やしき さ：ホキ し：しいたけ い：じゃがいも</b>							
28	か	むぎごはん	けんちんじる さかなのアーモンドソース ひじきサラダ	ぎゅうにゅう どうふ あげ だしこんぶ ホキ ひじき	こめ むぎ じゃがいも あぶら ごまあぶら さとう でんぶん ごま アーモンド マヨネーズふうドレッシング ねりごま	にんじん ごぼう しいたけ ねぎ カットこんにやく キャベツ きゅうり コーン	旬の味 かつおの旬は春と 秋の2回あります。 春は【初がつ お】秋は【戻りが つお】と呼ばれま す。初がつおは3月 頃に餌を求めて太 平洋側を北上し始 め、4~5月頃に本 州中部にたどりつ いて漁のピークを 迎えます。身は鮮 やかな赤色で引き 締まっており、赤 身本来の風味や食 感を味わうことが できます。
29	すい	むぎごはん	うまに やさいのあまずあえ いっしょくなっとう	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ かくてん なっとう	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら	しいたけ たけのこ にんじん カットこんにやく ごぼう もやし いんげん きゅうり キャベツ しょうが	
30	もく	むぎごはん	ラビオリスープ どうふハンバーグ コーンソテー	ぎゅうにゅう ペーコン えだまめ	こめ むぎ ラビオリ じゃがいも オリーブゆ さとう バター	たまねぎ キャベツ にんじん りんごピューレ コーン	
<b>他県の料理【沖縄県：アーサー汁】</b>							
31	きん	むぎごはん	アーサーじる いわしのうめに ナッツあえ	ぎゅうにゅう わかめ あつあげ だしかつお だしこんぶ いわしのうめに	こめ むぎ じゃがいも ねりごま アーモンド さとう	あおさ たまねぎ にんじん ねぎ えのきたけ キャベツ きゅうり	熊本以外のいろい ろな郷土料理を毎 月紹介します！お 楽しみに！



### 行事食

1日 八十八夜  
八十八夜は、立春  
から数えて8日  
目のことで、今年  
は5月1日です。  
この時から畑に霜  
が降りる心配がな  
くなるので、農家  
では、茶摘みや畑  
の雑草などを始  
める目安の日とさ  
れていました。

2日 こどもの日  
5月5日は【こど  
もの日】は、こど  
もたちの健やかな  
成長を願う日で  
す。【かしわの  
葉】が出ないと古  
い葉が落ちないこ  
とから、子孫繁栄  
の意味があります。

### くまさんデー

今月は、新玉ねぎ  
を使って甘酢あえ  
を作ります。甘夏  
みかんと一緒に和  
えるので、彩もき  
れいですよ！熊本  
の郷土料理、高菜  
ごはんとだご汁を  
組み合わせ、熊  
本づくしのメ  
ニューです！すよ！熊本  
のよさを感じなが  
らたべましょう！



### 旬の味

かつおの旬は春と  
秋の2回あります。  
春は【初がつ  
お】秋は【戻りが  
つお】と呼ばれま  
す。初がつおは3月  
頃に餌を求めて太  
平洋側を北上し始  
め、4~5月頃に本  
州中部にたどりつ  
いて漁のピークを  
迎えます。身は鮮  
やかな赤色で引き  
締まっており、赤  
身本来の風味や食  
感を味わうことが  
できます。



### 他県の料理

熊本以外のいろい  
ろな郷土料理を毎  
月紹介します！お  
楽しみに！

※都合により、献立や材料の一部を変更することがあります。ご了承ください。

ふるさとくまさんデーで使用するきゅうりとしょうがは、JA宇城の方々から寄贈していただく予定です。地域の良さについて感じながら味わいましょう。