



# 令和6年度 5月予定献立表



宇城市学校給食センター



ス プ リ ン	ひ	よう	しゅしよく	さ ゆ う に ゆ	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	からだのちようしをととのえる	
1	すい	むぎごはん		しんじゃがのそぼろに きりぼしだんこナッツのマヨサラダ おちやとじゃこのふりかけ	八十八夜メニュー			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 しっかりととり、早 寝・早起き・朝ご はんを心がけま しょう！	
					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		
2	もく	えだまめわかめごはん		端午の節句メニュー			えのきたけ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ ごぼう ささがきごぼう カットこんにやく		
				うおそうめんじる ぎゅうにくとごぼうのひりからいため かしわもち	えだまめ わかめ きんしたまご ぎゅうにゅう とうふ 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			
7	か	しょくパン		他県の料理【愛知県:みそかつ】			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】が出ない古い 葉が落ちないこ とから、子孫繁栄 の意味がありま す。		
				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 ベーコン ツナ カクテルウィンナー ひよこまめ りんごジャム	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		旬の味:かつお・こねぎ			行事食 1日:八十八夜 八十八夜は、立春 から数えて88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、茶摘みや稲 の種まきなどを始 める目安の日とさ れていました。		
				たまねぎとじゃがいものみそじる しおさば くきわかめのサラダ	ぎゅうにゅう とうふ あげ さば わかめ サラダチキン だしりりこ	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	
9	もく	むぎごはん		他県の料理【愛知県:みそかつ】			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】が出ない古い 葉が落ちないこ とから、子孫繁栄 の意味がありま す。		
				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 ローストカツ	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	
10	きん	むぎごはん		旬の味:かつお・こねぎ			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、蕎麦 ごはんとだこ汁を 組み合わせた、熊 本づくしのメ ニューです！熊本 のよさを感じなが らたべましょう！		
				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 りんごピューレ みかんかん パイン ももかん カクテルゼリー	
13	げつ	しょくパン		旬の味:かつお・こねぎ			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、蕎麦 ごはんとだこ汁を 組み合わせた、熊 本づくしのメ ニューです！熊本 のよさを感じなが らたべましょう！		
				しろいんげんまめ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 くに 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	
14	か	むぎごはん		旬の味:かつお・こねぎ			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 洋洋側を北上し始 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。		
				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 とうふ 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		旬の味:かつお・こねぎ			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 洋洋側を北上し始 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。		
				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 でんぷん さとう あぶら		にんじん たまねぎ こまつな キャベツ ピーマン	
16	もく	むぎごはん		旬の味:かつお・こねぎ			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、蕎麦 ごはんとだこ汁を 組み合わせた、熊 本づくしのメ ニューです！熊本 のよさを感じなが らたべましょう！		
				しるビーフン やきぎょうざ1こ きりほしだいこんのナムル	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	
17	きん	たかなごはん		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♪			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♪		
				だごじる こまつないりあつやきたまご しんたまねぎのあまずあえ	ぎゅうにゅう とり くに あげ たまごやき だしりりこ	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	
20	げつ	コッパンカット		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♪			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♪		
				やきそば 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		キャベツ たまねぎ にんじん もやし きくらげ あおのり マヨネーズふうドレッシング	
21	か	ピビンパ (にくみそいため・ナムル)		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♪			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♪		
				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		にら 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		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♪			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♪		
				とうふのちゅうかに 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 とうふ ぶたにく ひじきしゅうまい	こめ むぎ あぶら さとう でんぷん 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 つぼづけ しょうが	
23	もく	むぎごはん		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♪			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♪		
				じゃがいもとごまのたまごみそじる ししやもてんぶら1び ひじきとだいずのいりに	ぎゅうにゅう あげ わかめ ししやもてんぶら ひじき だいず だしりりこ	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		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♪			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♪		
				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 だしりりこ サラダチキン ペビーチーズ	こめ むぎ さとう でんぷん 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	コッパン (セルフ カレーパン)		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♪			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♪		
				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 ピーマン りんごピューレ あおりんごゼリー	
28	か	むぎごはん		まごわやさしい和食の日 春:とうふ 夏:アーモンド 秋:じゃがいも 冬:しいたけ			まごわやさしい和食の日 春:とうふ 夏:アーモンド 秋:じゃがいも 冬:しいたけ		
				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 とうふ 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 でんぷん 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	
29	すい	むぎごはん		まごわやさしい和食の日 春:とうふ 夏:アーモンド 秋:じゃがいも 冬:しいたけ			まごわやさしい和食の日 春:とうふ 夏:アーモンド 秋:じゃがいも 冬:しいたけ		
				うまに やさしいあまずあえ いっしょくなつとう	ぎゅうにゅう とり くに あつあげ かくてん なつとう	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		まごわやさしい和食の日 春:とうふ 夏:アーモンド 秋:じゃがいも 冬:しいたけ			まごわやさしい和食の日 春:とうふ 夏:アーモンド 秋:じゃがいも 冬:しいたけ		
				ラビオリスープ とうふハンバーグ コーンソテー	ぎゅうにゅう ベーコン 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	
31	きん	むぎごはん		他県の料理【沖縄県:アースー汁】			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！		
				アースーじる 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	

※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。