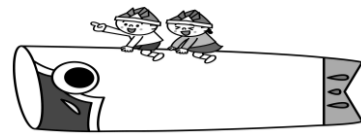


5月 こんだてひょう



令和4年度
御船町学校給食センター

●ごはん用おわん (A-Z) ○大きいおかず用おわん ◆平皿 ★小皿 ■カレー皿・・・工夫して盛り付けよう！

ひ	よう	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	ざいりょう			エネルギー たんぱく質
					ねつやちからになる	ちやにくやほねになる	からだのちょうしをととのえる	
2	げつ				カンガイエンソク キュウシヨク 歓迎遠足 (給食なし・お弁当)			
6	きん	●混ぜごはん		○豆腐汁 ◆干草あえ かしわもち 柏餅	こめ むぎ こんにやく さとう あぶら ごま かしわもち	とりにく あぶらあげ とうふ ぎゅうにゅう わかめ たまご だし (かつおぶし・こんぶ)	ごぼう にんじん えだまめ ねぎ しいたけ えのきたけ たまねぎ キャベツ こまつな	648 26.3
9	げつ	●麦ごはん		○たまねぎとじゃがいものみそ汁 ◆ホキのアーモンドソースかけ ◆たけのこのおかかあえ	こめ むぎ じゃがいも でんぷん あぶら さとう アーモンド	ぎゅうにゅう わかめ あぶらあげ みそ ホキ かつおぶし だし (いりこ)	たまねぎ にんじん ねぎ たけのこ きぬさや	636 26.6
10	か	セルフ卵サンド (食パン)		○ミネストローネ ◆卵サラダ チーズ	しょくパン ノンエッグマヨネーズ じゃがいも マカロニ オリーブゆ	たまご ハム ぎゅうにゅう ベーコン チーズ	きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ こまつな トマト にんにく	602 24.2
11	すい	●麦ごはん		○大豆の磯煮 ◆切干大根の酢のもの	こめ むぎ こんにやく さとう あぶら ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう だいず とりにく あぶらあげ てんぷら ちくわ くきわかめ	にんじん たまねぎ ごぼう しいたけ えだまめ きゅうり きりぼしだいこん	665 28.4
12	もく	食パン マーシャルビーンズ		○トマトクリームスパゲティ ◆キャベツパインサラダ	しょくパン さとう スパゲティ バター あぶら マーシャルビーンズ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく なまクリーム	たまねぎ しめじ トマト パセリ にんじん にんにく きゅうり キャベツ パイン	631 21.0
13	きん	●麦ごはん		■ポークカレー ◆わかめとツナのサラダ	こめ むぎ じゃがいも ごま さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ しろいんげんまめ ツナ	たまねぎ にんじん りんご にんにく キャベツ しょうが きゅうり	648 22.2
16	げつ	●麦ごはん		○けんちん汁 ◆ハンバーグのおろしソース ◆即席漬	こめ むぎ こんにやく あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく とうふ だし (いりこ) ハンバーグ こんぶ	にんじん ごぼう だいこん ねぎ しいたけ たまねぎ キャベツ きゅうり	601 24.8
17	か	コッペパン		○ポークビーンズ ◆シーザーサラダ ムース	コッペパン じゃがいも さとう あぶら ノンエッグマヨネーズ ムース クルトン	ぎゅうにゅう だいず ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん えだまめ にんにく レタス きゅうり	682 27.7
18	すい	●麦ごはん		○厚揚げのそぼろ煮 ◆ちりめんあえ ◆手作りふりかけ	こめ むぎ こんにやく さとう じゃがいも でんぷん あぶら ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ちりめん かつおぶし あおのり	しょうが にんじん たまねぎ しいたけ きぬさや もやし きゅうり こまつな しそ	620 24.6
19	もく	●麦ごはん ふるさとくまさんデー ～水俣・芦北地域～		○かしわ汁 ◆きびなごのカリカリフライ ◆サラたまサラダ	こめ むぎ こんにやく あぶら からたまちゃんド レッツク	ぎゅうにゅう とりにく とうふ だし (いりこ) みそ ハム きびなごのカリカリフライ	にんじん ごぼう ねぎ きゅうり たまねぎ あまなつみかん	652 26.1
20	きん	●チキンライス		○じゃがいもポタージュ ◆グリーンエッグサラダ	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも アーモンド	とりにく ぎゅうにゅう チーズ しろいんげんまめ スキムミルク たまご	たまねぎ にんじん グリンピース しめじ パセリ ブロッコリー きゅうり キャベツ	659 25.3
23	げつ	●麦ごはん		○八宝菜 ◆ハンバンジーサラダ	こめ むぎ あぶら でんぷん ごまあぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく いか うずらたまご とりにく	たけのこ しいたけ きくらげ たまねぎ にんじん キャベツ きぬさや しょうが もやし きゅうり	617 25.8
24	か	コッペパン		○コンソメスープ ◆カレーミートビーンズ ★すいか	コッペパン さとう	ぎゅうにゅう ベーコン だいず ぶたにく チーズ	たまねぎ えのきたけ にんじん パセリ マッシュルーム コーン えだまめ にんにく すいか	641 25.5
25	すい				ウンドウカイ フリカエキュウキョウビ 運動会 振替休業日			
26	もく	ミルクパン		○きつねうどん ◆ごぼうサラダ	ミルクパン さとう うどん ごま あぶら ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう あぶらあげ ちくわ とりにく ツナ だし (かつおぶし・こんぶ)	にんじん しいたけ たまねぎ ねぎ ごぼう きゅうり	603 26.9
27	きん	●キムチごはん		○コーンと卵のスープ ◆ぎょうざ ◆小松菜の中華あえ	こめ むぎ さとう ごまあぶら あぶら はるさめ でんぷん	ぶたにく ぎゅうにゅう ベーコン たまご ぎょうざ	キムチ なら コーン にんじん たまねぎ ねぎ こまつな もやし	651 25.4
30	げつ				ウンドウカイビビ キュウシヨク 運動会予備日 (給食なし)			
31	か	セルフフィッシュバーガー (丸パン)		○ブラウンスープ ◆ホキフライ ◆野菜サラダ	まるパン あぶら じゃがいも バター ノンエッグマヨネーズ	ホキフライ ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく なまクリーム	にんじん たまねぎ グリンピース キャベツ にんにく レタス コーン きゅうり	639 26.7

※献立・材料・実施の有無は都合により変更する場合があります