

5月 こんだて よていひょう

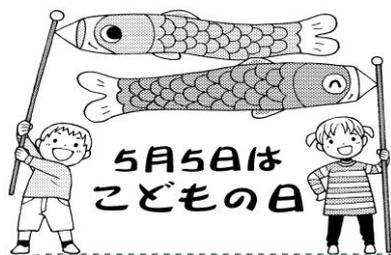
湯前町学校給食共同調理場

日	曜日	主食	牛乳	おかず	ざいりょう の おもなはたらき			栄養価		中止
					ねつやちからになる	ちやくやくほねになる	からだのちようしをととのえる	小学校	中学校	
こどものひメニュー										
2	月	たけのこごはん		かきたまじる ししゃもフライ かしわもち	こめ さとう でんぷん あぶら かしわもち	ぎゅうにゅう たまご とりにく あぶらあげ かつおぶし ししゃもフライ	えだまめ にんじん たけのこ しいたけ たまねぎ ねぎ えのきだけ	601 23.8	735 29.7	
6	金	ミルクパン		スパゲティミートソース ごまドレサラダ	ミルクパン スパゲティ	ぎゅうにゅう わかめ ぎゅうにく ぶたにく かにぶうみかまぼこ	たまねぎ にんじん セロリ にんにく きゅうり トマト コーン	679 28.7	841 34.7	
9	月	ゆかりごはん		ちゃんぽん ひじきとツナのサラダ	こめ むぎ あぶら ちゃんぽんめん ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく えび いか かまぼこ ひじき ツナ	ゆかり にんにく しょうが ねぎ キャベツ もやし にんじん たまねぎ きくらげ きゅうり	656 26.8	—	中学校
10	火	むぎごはん		あつあげとたけのこのちゅうかふうに あおなのちゅうかあえ いっしょくふりかけ	こめ むぎ さとう ごまあぶら あぶら でんぷん ごま	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ ちりめん のりかつおふりかけ	にんじん たまねぎ しいたけ たけのこ いんげん キャベツ ほうれんそう	625 25.6	790 31.1	
ごはんにかけてたべましょう										
11	水	むぎごはん		おやこどんのぐ もやしのカレーぶうみサラダ	こめ むぎ さとう でんぷん ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう たまご とりにく かつおぶし ハム	しいたけ たまねぎ にんじん ねぎ もやし きゅうり	596 23.4	745 27.8	
12	木	しろごはん (ひかまる)		とうふのみそしる さかなのてんたまあげ ちゃそうめんサラダ	こめ あぶら ちゃそうめん さとう ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ みそ たまご にぼし ホキてんたまあげ あおのり かにぶうみかまぼこ	だいこん にんじん ねぎ きゅうり たまねぎ	630 22.7	764 26.8	
13	金	バーガーパン		にんじんポタージュ てりやきチキンパティ コールスローサラダ	バーガーパン ポタージュスープ	ぎゅうにゅう チーズ なまクリーム てりやきチキンパティ	にんじん たまねぎ かぼちゃ パセリ キャベツ きゅうり コーン	646 24.4	804 29.9	

給食には、どんな食材が使われているか確認してください。
旬の食材や地産地消の食材は、一口メモで紹介しています。
栄養バランスを考えて、なんでも食べましょう。

上：エネルギー量(kcal)
下：たんぱく質量(g)になります。

※ 献立は都合により変更する場合があります。



5月5日は
こどもの日

5月の行事食



5月5日がお休みのため、給食では5月1日に「こどもの日」メニューで、かしわもちをつきました。

こどもの日は、子どもたちみんなが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日です。しょうぶ湯に入ったり、こいのぼりや武者人形を飾ったり、ちまきやかしわもちを食べたりします。

また、おうちの人に感謝するという日でもあります。たくさん食べて、勉強して、成長できていることをおうちの方に「ありがとう」と言葉で伝えましょう。

5月2日は八十八夜です。給食では5月12日、23日にお茶の葉を使ったメニューにしました。

八十八夜とは、立春から88日目のことです。農家の方たちは、八十八夜をすぎれば霜が降りなくなり、気候が安定することから、種まきや茶摘みなどを始める日としていたそうです。

新茶にまつわる言い伝えはいろいろあります。おうちの方に聞いてみたり、調べたりしてみてください。

湯前町学校給食共同調理場

日	曜	主食	牛乳	おかず	ざいりょう の おもなはたらき			栄養価		中止
					ねつやちからになる	ちやくよほねになる	からだのちょうしをととのえる	小学校	中学校	
16	月	むぎごはん		コーンとわかめのスープ てづくりはるまき ごますあえ	こめ むぎ さとう でんぷん ごまあぶら はるまきのかわ ごま あぶら	ぎゅうにゅう わかめ ちくわ ぶたにく	コーン たまねぎ にんじん ピーマン たけのこ しいたけ きくらげ キャベツ もやし きゅうり	611 19.9	— —	小学 五年・中 学校
17	火	むぎごはん		しるビーフン ごまつくねやき ごぼうサラダ	こめ むぎ パンこ ごまあぶら さとう ビーフンめん ごま ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ たまご みそ チーズ	しょうが にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ ごぼう コーン キャベツ	642 24.3	803 28.7	小学 五年
18	水	むぎごはん		けんちんじる いわしのうめに かみかみあえ	こめ むぎ こんにやく さといも あぶら ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう とうふ ちくわ にぼし いわし さきいか	だいこん ごぼう ねぎ しいたけ にんじん キャベツ きゅうり	581 25.1	739 30.7	
19	木	むぎごはん		やさいつみれじる とりくらどんのぐ こんにやくサラダ	こめ むぎ あぶら でんぷん こむぎこ さとう ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう わかめ やさいつみれ とりにく	にんじん ねぎ えのきたけ にんにく にら しょうが キャベツ きゅうり	709 27.3	905 33.3	
20	金	こめこ パン		ミネストローネ オムレツ グリーンサラダ	こめこパン マカロニ じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう だいず とりにく ウィナー たまご	たまねぎ にんじん キャベツ パセリ レタス コーン きゅうり	597 25.5	718 30.5	
23	月	むぎごはん		じゃがいものみそしる ちくわのおちゃこもあげ あますあえ	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ でんぷん あぶら さとう	ぎゅうにゅう わかめ あぶらあげ みそ にぼし ちくわ	たまねぎ えのきたけ ねぎ キャベツ きゅうり にんじん	605 22.4	732 25.1	
24	火	むぎごはん		ポークカレー フルーツジュレ べっこうづけ	こめ むぎ じゃがいも あぶら マスカットジュレ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ スキムミルク	たまねぎ にんじん しょうが りんご みかんかん おうとうかん べっこうづけ	681 21.0	846 24.9	
25	水	しろごはん (びかまる)		ウィンナーとやさいのスープ さかなのタルタルなんばん	こめ でんぷん あぶら さとう ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ウィンナー ホキ たまご	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ コーン	598 24.4	724 28.5	
26	木	とりごぼう めし		のっぺいじる しのだに	こめ さとう さといも あぶら こんにやく でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく とうふ こんぶ かつおぶし しのだに	ごぼう にんじん ねぎ いんげん だいこん れんこん しいたけ	602 22.8	720 25.8	
27	金	きなこ あげパン		ちゅうかつくねスープ まめまめサラダ	コッペパン あぶら さとう はるさめ ごまあぶら	ぎゅうにゅう きなこ つくね ツナ だいず	にんじん きくらげ たまねぎ キャベツ きゅうり コーン えだまめ	598 22.8	744 27.5	
30	月	むぎごはん		こんぶとすりみだんごのスープ さかなのあまからやき ごまネーズあえ	こめ むぎ さとう ごま ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう えそ いとより にぼし こんぶ さば ちくわ	ねぎ えのきたけ ほうれんそう きゅうり キャベツ にんじん	629 25	793 30.3	
31	火	むぎごはん		なめこじる とりにくのからあげ やさいのナムル	こめ むぎ こむぎこ でんぷん あぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう わかめ あぶらあげ みそ とりにく	たまねぎ なめこ しょうが にんにく もやし きゅうり にんじん えだまめ	682 25.3	850 30.0	

給食には、どんな食材が使われているか確認してください。
旬の食材や地産地消の食材は、一口メモで紹介しています。
栄養バランスを考えて、なんでも食べましょう。

上：エネルギー量(kcal)
下：たんぱく質量(g)になります。

※ 献立は都合により変更する場合があります。