



5月 献立表

片品村学校給食センター TEL58-2554

日 曜日	献立名	赤色の仲間の食品			緑色の仲間の食品		黄色色の仲間の食品		栄養価	
		1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群	12歳以下 kcal	たんぱく質 g	
		たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン	炭水化物	脂質	上段：小学生 下段：中学生		
1 木	行事食：ハナハ夜 ブランコッパン、牛乳 ソーセージステーキ イタリアンサラダ レタスのミルクスープ お茶プリン	ソーセージ ステーキ ベーコン あさり	牛乳 チーズ	赤ピーマン にんじん ブロッコリー	レタス、たまねぎ しめじ、キャベツ きゅうり、 だいこん コーン	ブランコッパ じゃがいも さとう お茶プリン	油	705 927	27.6 36.0	
2 金	行事食：端午の節句 だけのこごはん 牛乳 かつおカツ 山吹和え すまし汁	鶏肉 かつおカツ 卵 豆腐	牛乳 わかめ	さやえんどう ほうれん草 にんじん	だけのこ しいだけ キャベツ たまねぎ	米 さとう かしわもち	油	659 829	24.6 30.9	
7 水	オムライス（チキンライス、薄焼き玉子） 牛乳 ごぼうサラダ ABCスープ 甘夏ゼリー	鶏肉 卵 ベーコン	牛乳	にんじん	たまねぎ、マッシュルーム グリーンピース コーン、だいこん きゅうり、ごぼう えだまめ	米 マカロニ 甘夏ゼリー	油	674 843	25.1 30.9	
8 木	ごはん、牛乳 鶏の唐揚げ（2,3こ） 中華サラダ 豆腐のみそ汁 ヨーグルト	鶏肉 くらげ 豆腐	牛乳 わかめ ヨーグルト	にんじん	もやし きゅうり ねぎ	米 さとう 小麦粉	油 ごま油	676 827	25.2 30.1	
9 金	ごはん 牛乳 いわしのみそれに キャベツのごま和え さつき椀	いわし 油揚げ かにかまぼこ	牛乳	ほうれん草 にんじん こまつな	だいこん キャベツ ふき	米 さとう 片栗粉		520 660	22.6 27.8	
12 月	ごはん、牛乳 そばろ卵焼き 五目豆煮 ブロッコリー みそけんちん汁	卵、鶏ひき肉 だいず 油揚げ 豚肉 豆腐	牛乳 ひき こんぶ	にんじん ほうれん草 ブロッコリー さやいんげん	たまねぎ コーン ごぼう だいこん ねぎ	米 さとう 片栗粉 じゃがいも こんにゃく	油	627 793	27.6 33.5	
13 火	＜片小2年生リクエスト＞ ライス、牛乳 かぶとハンバーグのソースかけ じゃがいもの洋風煮 コーンスープ、クレープ	鶏肉 豚肉 大豆	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ マッシュルーム コーン	米 さとう じゃがいも しらたき チョコクレープ	油	721 877	24.9 31.1	
14 水	ビビンバ丼 牛乳 ナムル 中華スープ 河内晩柑	鶏肉 豚肉 卵 豆腐 なると	牛乳 あおのり	ほうれん草 にんじん こまつな にら	たまねぎ、ぜんまい もやし きゅうり しいだけ かわちばんかん	米 さとう はるさめ	油 ごま油	649 813	28.8 35.2	
15 木	黒パン 牛乳 マカロニグラタン アスパラ入り大根サラダ ホークビーンズ	豚肉 豚肉 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん アスパラガス 赤ピーマン トマト	たまねぎ えだまめ だいこん きゅうり にんにく コーン	黒パン マカロニ パン粉、さとう えんどう豆 ひよこ豆 レッドキドニー	油 ごま油 マヨネーズ ごま	671 899	27.0 35.0	
16 金	ハヤシライス 牛乳 こんにゃくサラダ パインのゼリーよせ	豚肉 鶏肉	牛乳 生クリーム	にんじん ブロッコリー 黄ピーマン	たまねぎ マッシュルーム キャベツ きゅうり パイン	米 小麦 じゃがいも こんにゃく さとう ゼリー	油	709 890	24.7 30.1	
19 月	ごはん、牛乳 メバル甘みそ焼き 切り大根煮 厚揚げの具だくさん汁	めばる 豚肉 油揚げ 厚揚げ	牛乳	にんじん さやいんげん ほうれん草	切り干し大根 しいだけ だいこん たけのこ、ねぎ	米 さとう こんにゃく	油	586 744	29.0 35.7	
20 火	みそラーメン、ジョア たまご がんもどきと野菜のオイスター炒め たいやき	豚肉 なると 卵 がんもどき	ジョア	にんじん 赤ピーマン ブロッコリー	もやし コーン、ねぎ しめじ キャベツ	中華めん たいやき	油 ごま油	649 784	34.5 40.5	
21 水	ピラフ、牛乳 はんぺんフライ シーザーサラダ コンソメスープ、甘夏	鶏肉 いか、えび はんぺん ベーコン	牛乳	にんじん 黄ピーマン	グリーンピース キャベツ、きゅうり コーン、たまねぎ えだまめ、なつみかん	米 さとう パン粉 クルトン じゃがいも	油	644 784	26.2 31.7	
22 木	ごはん、牛乳 ぎょうざ ほうれん草の中華あえ 酸辛湯（サンラータン）	豚肉 鶏ひき肉 豆腐 卵、大豆	牛乳	ほうれん草 にんじん にら	もやし たまねぎ キャベツ えのきだけ	米 さとう しらたき ぎょうざの皮	ごま ごま油	606 771	23.7 28.7	
23 金	ごはん、牛乳 干草焼き 肉じゃが 青菜のみそ汁	卵 豚肉 豆腐	牛乳	にんじん ほうれん草 さやいんげん こまつな	たまねぎ しめじ、コーン はくさい しいだけ、ねぎ	米 さとう 片栗粉 じゃがいも しらたき	油	594 754	24.8 29.8	
26 月	豚こんぶごはん、牛乳 はるまき 中華旨煮 わかめスープ	豚肉 春巻き 鶏肉 厚揚げ	こんぶ 牛乳 わかめ	だいこん葉 にんじん チンゲンサイ	ねぎ、だけのこ ヤングコーン しいだけ たまねぎ エリンギ	米 さとう	油 ごま油 ごま	645 832	24.5 30.2	
27 火	ミートソーススパゲティ 牛乳 コーンサラダ フルーツボンチ	豚ひき肉 大豆、鶏肉 ベーコン ウィンナー	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ、グリーンピース キャベツ、きゅうり コーン、バナナ みかん、パイン、もも	マカロニ	オリーブ油 油 ドレッシング グ	662 809	25.3 30.7	
28 水	ごはん 牛乳 ますてりやき焼き おかかあえ 金時豆煮 たぬき汁	ます かつお節 油揚げ	牛乳	ほうれん草	キャベツ きゅうり えのきだけ だいこん しめじ ねぎ	米 さとう いんげんまめ 三温糖 小麦粉 こんにゃく じゃがいも 片栗粉	油	632 805	30.7 37.9	
29 木	背割れコッパン 牛乳 スラッピージョー 花やさいサラダ ポトフ、ミルメーク	豚ひき肉 大豆 鶏肉 ベーコン ウィンナー	牛乳	にんじん トマト缶詰 ブロッコリー しそ葉 パセリ	たまねぎ カリフラワー きゅうり	コッパン さとう パン粉 じゃがいも	油	636 842	31.2 40.6	
30 金	カレーライス（ピースごはん） 牛乳 海藻サラダ みかんヨーグルト	豚肉	牛乳 海そう ヨーグルト	にんじん	グリーンピース たまねぎ、キャベツ きゅうり、もやし みかん	米 小麦 じゃがいも さとう	油	694 874	24.5 30.0	

*おさかなりょうりには、ほねがありますので、きをつけてたべましょう。
*都合により、材料や献立の変更等がある場合があります。
◇今月の地産産物食材：米・牛乳・キャベツ・こまつな・ほうれん草・卵・きゅうり・こんにゃくなどです。

(平均食糧相当量) 小学生 23歳以下
中学生 30歳以下