



献立表



小学校、中学校、高校版

予定献立表（材料の都合上献立を変更することがあります。また、高校にも同様の献立表を配布していますが、高校は牛乳はつきませんのでご了承願います。）

月	火	水	木	金	
1 ご飯 牛乳 酢豚 大根サラダ わかめのスープ	2 たまごパン 牛乳 キャベツメンチカツ ハムのマリネサラダ イタリアンスープ	3 	4 5月4日  みどりの日	5  5月9日 にかしわ餅 が給食に出 ます！	
ご飯、油、砂糖、でん粉、ごま	パン、油、砂糖、小麦粉、でん粉、パン粉				
牛乳、豚肉、わかめ	牛乳、鶏肉、豚肉、ハム、ベーコン				
きゅうり、人参、大根、ピーマン、玉ねぎ、長ねぎ	きゅうり、人参、ピーマン、レタス、トマト、コーン、ほうれん草、キャベツ				
8 ご飯 牛乳 厚焼き玉子 ほうれん草ともやしのお浸し すき焼風煮	9 ホットドック 牛乳 ポテトサラダ 大根スープ かしわ餅	10 ご飯 牛乳 さばの塩焼き 大豆の磯煮 味噌汁(小松菜)	11 親子丼 牛乳 チョレギサラダ 味噌汁(油揚げ)	12 春野菜のクリームパスタ 牛乳 アメリカンドック	
ご飯、油、砂糖	パン、油、砂糖、でん粉、上新粉、じゃがいも、マヨネーズ	ご飯、油、砂糖	ご飯、砂糖、ごま	スパゲティ、油、砂糖、小麦粉、でん粉、パン粉	
牛乳、豆腐、豚肉、卵	牛乳、豚肉、ウィンナー、ハム、小豆	牛乳、さば、鶏肉、高野豆腐、ひじき、大豆水煮、油揚げ、味噌	牛乳、鶏肉、卵、油揚げ、味噌、わかめ	牛乳、ベーコン、チーズ、魚肉すり身、クリーム	
玉ねぎ、ほうれん草、人参、もやし、長ねぎ、白菜、椎茸	きゅうり、人参、小松菜、大根	ごぼう、人参、小松菜、こんにゃく	キャベツ、玉ねぎ、長ねぎ、人参、みつば、椎茸	キャベツ、玉ねぎ、アスパラ、竹の子、にんにく	
15 ご飯 牛乳 チャプチェ 三色ナムル もずくスープ	16 チョコチップパン 牛乳 チキンのガーリックソテー シーザーサラダ ほうれん草のスープ	17 ご飯 牛乳 さんまのおかか煮 ゆで豚の和風サラダ 味噌汁(大根)	18 ボークカレー 牛乳 フルーツのヨーグルト和え	19 醤油ラーメン 牛乳 揚げ餃子	
ご飯、油、砂糖、ごま、春雨	パン、クルトン	ご飯、砂糖	ご飯、油、砂糖、はと麦、じゃがいも	ラーメン、油、砂糖、小麦粉、でん粉	
牛乳、豚肉、もずく	牛乳、鶏肉、チーズ	牛乳、豚肉、さんま、味噌、かつお節	牛乳、豚肉、ヨーグルト	牛乳、豚肉、鶏肉、ひじき	
玉ねぎ、白菜、もやし、にら、人参、ほうれん草、竹の子、椎茸	きゅうり、ほうれん草、玉ねぎ、レタス、ぶなしめじ	キャベツ、大根、人参、玉ねぎ、ピーマン、長ねぎ	玉ねぎ、人参、みかん、パイン	玉ねぎ、人参、長ねぎ、チンゲン菜、もやし、にら、生姜、にんにく、キャベツ	
22 ご飯 牛乳 豚肉の生姜焼き 茎わかめサラダ 味噌汁(白菜)	23 バターロール 牛乳 デミグラスハンバーグ いんげんのサラダ コーンポタージュ	24 ご飯 牛乳 ほっけの西京焼き 白和え すまし汁(豆麩・つと)	25 五目チャーハン 牛乳 春巻き もやしのサラダ ワントンスープ	26 山菜うどん 牛乳 いなり寿司 杏仁デザート	
ご飯	パン、油、マヨネーズ、でん粉、砂糖	ご飯、砂糖、豆麩、ごま	ご飯、油、ワントン、春雨、小麦粉、でん粉	うどん、ご飯、砂糖	
牛乳、豚肉、茎わかめ、味噌	牛乳、鶏肉、豚肉	牛乳、ほっけ、豆腐、つと巻き、味噌	牛乳、卵、豚肉、ハム、ひじき	牛乳、鶏肉、油揚げ	
きゅうり、白菜、人参、コーン	いんげん、人参、玉ねぎ、コーン、パセリ	人参、ほうれん草、長ねぎ	人参、もやし、長ねぎ、ほうれん草、椎茸、竹の子、キャベツ、玉ねぎ	人参、長ねぎ、山菜水煮、みかん、パイン、アロエ	
29 わかめご飯 牛乳 豆腐チャンプルー 胡瓜のピリ辛和え 味噌汁(なめこ)	30 元気くんの日 黒糖パン 牛乳 ボークビーンズ アスパラサラダ レタスのコンソメスープ	31 ご飯 牛乳 赤魚の照り焼き 白菜といんげんのごま和え 味噌汁(じゃがいも)	<div data-bbox="1029 1825 1396 1881" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <h2>元気くんの日</h2> </div> <div data-bbox="1093 1904 1436 2083" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>前回の元気くん蒸しパンはいかがでしたか？ 今月の元気くんの日は5月30日(火)です。 今回の元気くんの日メニューは、ボークビーンズです。 ボークビーンズは、アメリカの家庭料理の1つで、白いんげん豆と豚肉をトマト味で煮込んだものです。今回は白いんげんの代わりに本別町産の金時豆水煮、大豆水煮、大福豆水煮を使用しています。お楽しみに！</p> </div> <div data-bbox="1029 2094 1093 2172" style="text-align: center;">  </div>		
ご飯、油	パン、砂糖、バター、じゃがいも	ご飯、砂糖、ごま、じゃがいも			体温や働く力
牛乳、豆腐、卵、茎わかめ、味噌	牛乳、豚肉、チーズ、金時豆水煮、大豆水煮、大福豆水煮	牛乳、赤魚、味噌			からだを作る
キャベツ、人参、きゅうり、玉ねぎ、もやし、大根、なめこ	キャベツ、玉ねぎ、人参、アスパラ、レタス、コーン	いんげん、長ねぎ、人参、白菜	調子を整える		