



献立表



小学校、中学校、高校用

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でご了承願います。）

月		火	水	木	金
2	3	4	5	6	こどもの日給食
キャロットピラフ 牛乳 えびフライ（1人2本） ジャーマンポテト オニオングラタンスープ				和風スパゲティ 牛乳 チキンナゲット（1人2個） かしわもち	
ご飯、じゃがいも				スパゲティ、もち	
えび、チーズ、ベーコン、牛乳				豚肉、鶏肉、おから、小豆、牛乳	
さやいんげん、にんじん、コーン、玉ねぎ、ぶなしめじ				玉ねぎ、ぶなしめじ、にんじん、しいたけ、ピーマン	
9	10 元気くんの日	11	12	13	
ご飯 牛乳 おろしチキン竜田 ピリ辛たたききゅうり みそ汁（なめこ）	チョコチップパン 牛乳 ほうれん草オムレツ ハムのマリネサラダ 元気くんチリコンカンスープ	ご飯 牛乳 ほっけフライ 大豆の磯煮 みそ汁（絹さや）	ゆかりご飯 牛乳 和風肉団子（1人2個） 五目きんぴら すまし汁（わかめ、豆腐）	塩ラーメン 牛乳 小籠包（1人2個）	
体温や働く力	ご飯、ごま	チョコチップパン	ご飯	ご飯、ごま	ラーメン
からだを作る	鶏肉、牛乳	鶏卵、豚肉、金時豆、大豆、大福豆、ハム、牛肉、牛乳	ひじき、豆腐、大豆、油揚げ、鶏肉、ほっけ、牛乳	わかめ、鶏肉、豚肉、豆腐、大豆、牛乳	鶏肉、豚肉、つと巻き、牛乳
調子を整える	きゅうり、なめこ、大根、にんじん、すだち	きゅうり、にんじん、レタス、玉ねぎ、ピーマン、トマト、ほうれん草	ごぼう、絹さや、こんにゃく、にんじん	さやいんげん、ごぼう、長ねぎ、にんじん、玉ねぎ	キャベツ、もやし、竹の子、玉ねぎ、にんじん、白菜、長ねぎ
16	17	18	19	20	
三色そぼろ丼 牛乳 たこ焼き 大根スープ	ロールパン 牛乳 デミグラスハンバーグ ポテトサラダ ミネストローネ	ご飯 牛乳 いわしの梅煮 和風マカロニサラダ みそ汁（玉ねぎ）	ご飯 牛乳 チンジャオロース 棒々鶏サラダ サンラータン	カレーうどん 牛乳 男爵いもコロッケ	
体温や働く力	ご飯	ロールパン、マカロニ、じゃがいも	ご飯、マカロニ	ご飯	うどん、じゃがいも
からだを作る	鶏卵、たこ、鶏肉、豚肉、大豆、牛乳	鶏肉、豚肉、ベーコン、ハム、大福豆、牛乳	いわし、ハム、かつお節、牛乳	鶏肉、豚肉、鶏卵、豆腐、牛乳	つと巻き、鶏肉、牛乳
調子を整える	小松菜、ほうれん草、大根、にんじん、キャベツ、長ねぎ	きゅうり、にんじん、玉ねぎ、トマト	玉ねぎ、長ねぎ、にんじん、枝豆、梅干し	きゅうり、にんじん、ごぼう、しいたけ、玉ねぎ、ピーマン、竹の子、長ねぎ	玉ねぎ、長ねぎ、にんじん、しいたけ
23	24	25	26	27	
ご飯 牛乳 ちくわ磯辺天ぷら 卵の花炒り すき焼き風煮	たまごパン 牛乳 照り焼きチキン スパゲティソテー コンソメスープ（レタス）	ご飯 牛乳 赤魚の塩こうじ焼き ごぼうサラダ みそ汁（えのきだけ）	開拓丼 牛乳 キャベツのごま和え 塩昆布の根菜汁	塩焼きそば 牛乳 杏仁デザート	
体温や働く力	ご飯	たまごパン、スパゲティ	ご飯、ごま	ご飯、ごま	焼きそば麺
からだを作る	ちくわ、豆腐、おから、ひじき、豚肉、牛乳	ベーコン、鶏肉、牛乳	赤魚、牛乳	豚肉、ひじき、昆布、大豆、牛乳	小桜えび、豚肉、いか、牛乳
調子を整える	ごぼう、こんにゃく、しらたき、にんじん、玉ねぎ、しいたけ、白菜、長ねぎ	玉ねぎ、レタス、にんじん、ピーマン	えのき茸、ごぼう、にんじん、大根	枝豆、大根、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、コーン、きゅうり、ごぼう、こんにゃく、長ねぎ	玉ねぎ、白菜、にら、にんじん、パイン、みかん、アロエ
30	31	<p>☆☆5月5日はこどもの日です☆☆</p> <p>こどもの日は「端午の節句」とも言われ、こどもたちが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日です。もともとは男の子のお祝いをする日でしたが、今ではこどもたちみんなのお祝いの日になっています。 こどもの日に食べるものといえば「かしわもち」があります。柏の葉は冬になっても枯れないことから、子孫繁栄の縁起物とされているのです。</p>			
ポークカレー 牛乳 フルーツのヨーグルト和え	ベビーパン 牛乳 チーズはんぺんフライ 野菜サラダ コンソメスープ（じゃがいも）				
体温や働く力	ご飯、はと麦、じゃがいも				
からだを作る	豚肉、ヨーグルト、牛乳				
調子を整える	玉ねぎ、にんじん、みかん、パイン	キャベツ、きゅうり、にんじん、玉ねぎ			