

# 5月 予定給食献立表

「給食室で、清潔な箸・スプーン・フォークを必要に応じて準備します。」



げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
<p>2日 <b>ごきまいい</b> <b>ほろきやべつといわのり</b> <b>もくせきやけ</b> <b>きすのわかづあげ</b></p> <p>572kcal 24.9g</p> <p>八十八夜 南立</p> <p>こめ あかまい くらまい たかきび みどりまい もちごめけんまい こむぎこ こめあぶら</p> <p>きゅうにゅう きす たまご いわのり とろろ みそ</p> <p>せんちゃ はるきやべつ にんじん かぶ とろろみよう</p>	<p>5月の献立のコンセプト <b>新緑の香りを食卓に</b></p> <p>5月は新緑の季節です。グリーンピース(2年) やそらまめ(1年) などのお豆は、子どもたちがさやから出した新鮮でやわらかなものを使います。スナップえんどうのすじとり(4年) にもとりくみます。2日が十八夜なので、それにちなんで「あるもの」を衣に入れて天ぷらを作ります。ほかにも初がつおや新玉ねぎ、あさり、アスパラ、筍、岩のり、ひじきなど旬のものも多くとり入れています。</p> <p>6日はこどもの日の次の日ということで手作りの中華ちまきでお祝いします。春を楽しみながら、少しずつ初夏の味わいも加えていきます。旬の果物も少しずつお目見えしますよ。お楽しみに!</p>	<p>表示の説明</p> <p>おもにねつやちからのもとになるしょくひん</p> <p>おもにからだをつくるしょくひん</p> <p>おもにからだのちようしをととのえるしょくひん</p>	<p>6日 <b>ちゅうか</b> <b>ちまき</b> <b>はるさめ</b> <b>スープ</b></p> <p>512kcal 20.1g</p> <p>こどもの日 お祝い 南立</p> <p>アルファかもちこめ こめあぶら こめあぶら はるさめ</p> <p>きゅうにゅう やきぶた うすらのたまご ぶたももにく</p> <p>にんじん たら ほしいだけ たけのこ もやし きくらげ ひゅうがなつせりー</p>	
<p>9日 <b>ソフト</b> <b>フランス</b> <b>しほぎ</b> <b>かなの</b> <b>マリネ</b> <b>かにピスタ</b> <b>ポタージュ</b> <b>フルーツ</b></p> <p>697kcal 27.5g</p> <p>2-1-2-2がかりむきします</p> <p>パン こむぎこ でんぶん こめ こめあぶら さんおんとう じゃがいも クルトン</p> <p>きゅうにゅう メルルーサ グリーンピース なまクリーム</p> <p>たまねぎ トマト きゅうり</p>	<p>10日 <b>ほろのかありの</b> <b>ナポリタン</b> <b>ごまにっく</b> <b>ドレッシングのチキン</b> <b>サラダ</b></p> <p>648kcal 27.7g</p> <p>4年生がすじとりします</p> <p>スパゲティ オリーブオイル しょうはくとう こめあぶら こま</p> <p>きゅうにゅう ウィナー しょうはくとう とりむねにく</p> <p>にんじん きゅうり しんたまねぎ にんじん スナップえんどう グリーンアスパラ はるきやべつ</p>	<p>11日 <b>ほろのかありの</b> <b>ナポリタン</b> <b>むぎ</b> <b>ごま</b> <b>きゅうにゅう</b> <b>ひじき</b> <b>しらすばし</b> <b>とりむねにく</b> <b>ゆかり</b> <b>たまねぎ</b> <b>にんじん</b> <b>こんにやく</b> <b>さやえんどう</b> <b>カラマンダリン</b></p> <p>607kcal 25.1g</p> <p>1年生がむきします</p> <p>こめ むぎ こめあぶら しんじゃが さんおんとう こま</p> <p>きゅうにゅう ひじき しらすばし とりむねにく</p> <p>ゆかり たまねぎ にんじん こんにやく さやえんどう カラマンダリン</p>	<p>12日 <b>むぎ</b> <b>ごま</b> <b>きゅうにゅう</b> <b>ひじき</b> <b>しらすばし</b> <b>とりむねにく</b> <b>ゆかり</b> <b>たまねぎ</b> <b>にんじん</b> <b>こんにやく</b> <b>さやえんどう</b> <b>カラマンダリン</b></p> <p>640kcal 28.6g</p> <p>食育の日 南立</p> <p>こめ むぎ こめあぶら さんおんとう でんぶん らーゆ こめあぶら</p> <p>きゅうにゅう ぶたももひきにく みそ とろろ</p> <p>にんじん しょうが ほしいだけ にんじん ながねぎ にら きゅうり ニューサマーオレンジ</p>	
<p>16日 <b>かつおの</b> <b>しんたまねぎ</b> <b>はるきやべつ</b> <b>みそ</b> <b>しょうが</b> <b>しょうが</b> <b>しょうが</b> <b>しょうが</b></p> <p>640kcal 32.1g</p> <p>2-3-2-4がかりむきします</p> <p>こめ でんぶん こめあぶら なたねあぶら さんおんとう</p> <p>きゅうにゅう グリーンピース かつお あぶらあげ みそ</p> <p>しょうが にんじん しんたまねぎ ばんのうねぎ にんじん ながねぎ はるきやべつ こまつな</p>	<p>17日 <b>むぎ</b> <b>ごま</b> <b>きゅうにゅう</b> <b>ひじき</b> <b>しらすばし</b> <b>とりむねにく</b> <b>ゆかり</b> <b>たまねぎ</b> <b>にんじん</b> <b>こんにやく</b> <b>さやえんどう</b> <b>カラマンダリン</b></p> <p>639kcal 31.2g</p> <p>1年生がむきします</p> <p>こめ むぎ きむとう こま じゃがいも しょうはくとう</p> <p>きゅうにゅう かつおぶし こんぶ ちくわ とりももにく ひじき だいず さつまあげ あぶらあげ</p> <p>にんじん こんにやく さやえんどう なつみかんかん レモン</p>	<p>18日 <b>むぎ</b> <b>ごま</b> <b>きゅうにゅう</b> <b>ひじき</b> <b>しらすばし</b> <b>とりむねにく</b> <b>ゆかり</b> <b>たまねぎ</b> <b>にんじん</b> <b>こんにやく</b> <b>さやえんどう</b> <b>カラマンダリン</b></p> <p>545kcal 32.3g</p> <p>食育の日 南立</p> <p>こめ こめあぶら かつおぶし さんおんとう でんぶん こま</p> <p>きゅうにゅう ぼっけ かつおぶし あぶらあげ こうどうぶ みそ だいず</p>	<p>19日 <b>むぎ</b> <b>ごま</b> <b>きゅうにゅう</b> <b>ひじき</b> <b>しらすばし</b> <b>とりむねにく</b> <b>ゆかり</b> <b>たまねぎ</b> <b>にんじん</b> <b>こんにやく</b> <b>さやえんどう</b> <b>カラマンダリン</b></p> <p>636kcal 29.4g</p> <p>2-2 おもてなし会食</p> <p>こめ こめあぶら かつおぶし さんおんとう でんぶん こま</p> <p>きゅうにゅう ぼっけ かつおぶし あぶらあげ こうどうぶ みそ だいず</p>	
<p>23日 <b>アスパラ</b> <b>といわのり</b> <b>きくらげ</b> <b>たけのこ</b> <b>しょうが</b> <b>しょうが</b> <b>しょうが</b> <b>しょうが</b></p> <p>639kcal 24.7g</p> <p>2-3 おもてなし会食</p> <p>こめ むぎ こめあぶら さんおんとう ぱんこ こむぎこ</p> <p>きゅうにゅう ぶたももひきにく とりむねにく だいず たまご みそ</p> <p>たまねぎ きやべつ グリーンアスパラ にんじん さやえんどう こまつな だいこん だいこんは</p>	<p>24日 <b>むぎ</b> <b>ごま</b> <b>きゅうにゅう</b> <b>ひじき</b> <b>しらすばし</b> <b>とりむねにく</b> <b>ゆかり</b> <b>たまねぎ</b> <b>にんじん</b> <b>こんにやく</b> <b>さやえんどう</b> <b>カラマンダリン</b></p> <p>561kcal 24.2g</p> <p>2-3 おもてなし会食</p> <p>こめ むぎ さんおんとう しょうはくとう でんぶん</p> <p>きゅうにゅう のり ぶたももひきにく わかめ</p> <p>しょうが かぶ にんじん さやえんどう たけのこ</p>	<p>25日 <b>むぎ</b> <b>ごま</b> <b>きゅうにゅう</b> <b>ひじき</b> <b>しらすばし</b> <b>とりむねにく</b> <b>ゆかり</b> <b>たまねぎ</b> <b>にんじん</b> <b>こんにやく</b> <b>さやえんどう</b> <b>カラマンダリン</b></p> <p>613kcal 25.1g</p> <p>2-3 おもてなし会食</p> <p>こめ さんおんとう さんおんとう こめあぶら でんぶん こむぎこ こめあぶら こま</p> <p>きゅうにゅう あぶらあげ わかめ とりももにく</p> <p>ほしいだけ ながねぎ しょうが にんじん もやし こまつな</p>	<p>26日 <b>むぎ</b> <b>ごま</b> <b>きゅうにゅう</b> <b>ひじき</b> <b>しらすばし</b> <b>とりむねにく</b> <b>ゆかり</b> <b>たまねぎ</b> <b>にんじん</b> <b>こんにやく</b> <b>さやえんどう</b> <b>カラマンダリン</b></p> <p>583kcal 23.3g</p> <p>2-1 おもてなし会食</p> <p>こめ こめあぶら しょうはくとう</p> <p>きゅうにゅう ツナ あぶらあげ ぶたかたにく みそ</p> <p>うめほし しらすき こぼろ こんにやく だいこん にんじん こまつな ながねぎ メロン</p>	
<p>30日 <b>むぎ</b> <b>ごま</b> <b>きゅうにゅう</b> <b>ひじき</b> <b>しらすばし</b> <b>とりむねにく</b> <b>ゆかり</b> <b>たまねぎ</b> <b>にんじん</b> <b>こんにやく</b> <b>さやえんどう</b> <b>カラマンダリン</b></p> <p>690kcal 25.8g</p> <p>こめ むぎ こめあぶら さんおんとう じゃがいも こめあぶら</p> <p>きゅうにゅう かつお あぶらあげ とろろ みそ</p> <p>しんしょうが こぼろ ながねぎ だいこんは にんじん だいこん こまつな びわ</p>	<p>31日 <b>むぎ</b> <b>ごま</b> <b>きゅうにゅう</b> <b>ひじき</b> <b>しらすばし</b> <b>とりむねにく</b> <b>ゆかり</b> <b>たまねぎ</b> <b>にんじん</b> <b>こんにやく</b> <b>さやえんどう</b> <b>カラマンダリン</b></p> <p>650kcal 29.1g</p> <p>こめ むぎ さんおんとう しょうはくとう</p> <p>きゅうにゅう やきぶた いかに ぶたももにく</p> <p>にんじん きくらげ きやべつ しょうが もやし ほしいだけ ながねぎ にら ミントマト</p>	<p>&lt;おしらせ&gt;</p> <p>※クラスごとに順番で「リクエストおもてなし会食」を実施します。献立も飲み物もリクエストのものが出ます。飲み物は1リットルのものをわけていただきます。</p> <p>※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。</p> <p>※給食費は5月9日と20日に、郵便局の口座から引き落とされます。</p> <p>1年生は4・5月分ですので、6700円、2～6年は5月分として4100円です。忘れずに納入をお願いいたします。</p>		