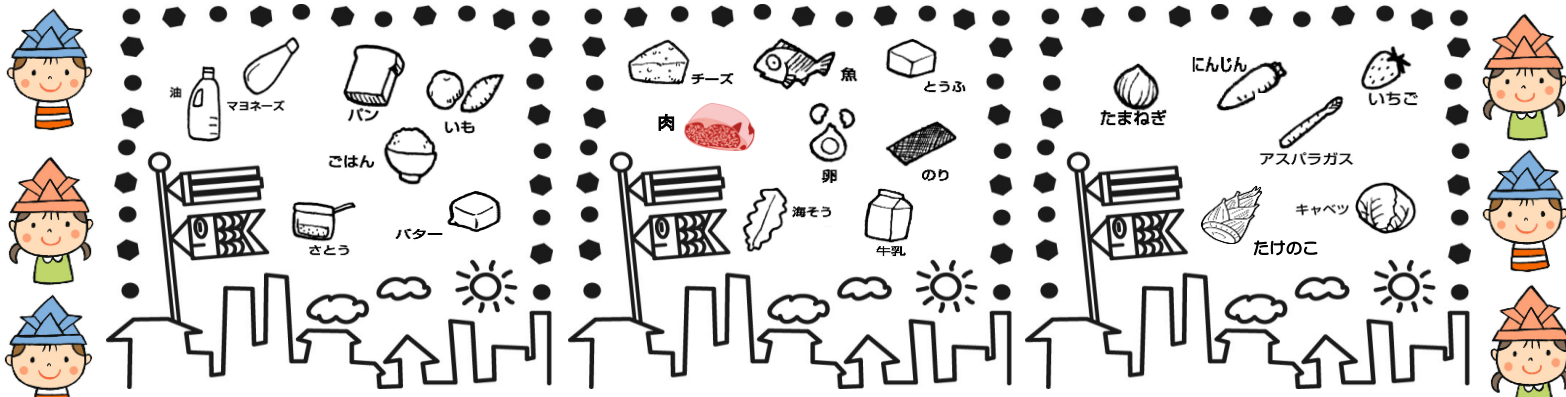


令和5年5月分(Dグループ)

学校給食予定献立表

えいようさんしよく 栄養三色
食べ物ははたらきによって3つのなかに分けられます。

じばまん し ふないさん 地場産(市・府内産)を
しょう 使用した献立マーク



きいろ ねつやエネルギーのもとになる

あか からだをつくる

みどり からだのちようしをととのえる

1日(月)はこどもの日献立です

こどもの日に食べる食べ物には、「かしわもち」や「ちまき」などがあります。
給食では、こどもの日の献立として「かしわもち」がです。かしわの木は新芽がでるまで古い葉が落ちないことから、子孫繁栄といった願いが込められています。

Table with columns for nutrients: エネルギー, たんぱく質, しじつ, ナトリウム, カルシウム, マグネシウム, 鉄, ビタミン (A, B1, B2, C), 食物せんい.

◎加工食品の配合内容については、学校にお知らせしています。
◎ただし、同一工場で製造している他製品の使用原材料については、記載しておりません。

Menu for 1st and 2nd days. 1日(月) includes Macaroni soup, fried potatoes, hamburger, and kashiwa mochi. 2日(火) includes rice with chicken, tamago, and soybean paste.

春が旬の食材

今月の給食でも、旬の食材を取り入れています。
春が旬の野菜には、春キャベツやアスパラガス、たけのこなどがあります。さわらは、漢字で「鱮」と書くように、瀬戸内では、春を告げる魚と言われています。旬の食材を味わって食べましょう。

ひよこまめのドライカレーのぐ
ひよこまめは、ひよこのくちばしのような形をしています。
大豆と比べると、ホクホクとした食感が特徴です。

Informational section about eating times and table manners. Includes icons for 'Body support' (no masks, no hats), 'Eating time' (eat together), 'Birds' (no hats), 'Transport' (no masks), and 'Dish return' (use baskets).

Menu for 8th and 9th days. 8日(月) includes consommé, chicken and sausage stew, hashishichu, corn salad, and milk butter. 9日(火) includes rice with beef, chicken, and salmon, corn salad, and candy cheese.

Menu for 10th day. 10日(水) includes rice with chicken, chicken salad, and mini fruitゼリー.

Menu for 11th and 12th days. 11日(木) includes milk toast, chicken salad, and chicken salad. 12日(金) includes corn milk soup, chicken and sausage stew, and chicken and sausage stew.

学校給食予定献立表

令和5年5月分(Dグループ)

15日(月)				16日(火)				17日(水)				18日(木)				19日(金)													
食パン		牛乳		ごはん		牛乳		ごはん		牛乳		コッペパン		牛乳		10g減量ごはん		牛乳											
キャベツのスープ		ツナサンド		たまねぎのみそしる		にんじのかばやき		すましじる		せんぎりだいこんのいために		クリームスープ		さんしょくサラダ		キムチうどん		ちくわのいそべあげ											
バラベーコン 10 赤	じゃがいも 20 黄	ツナ(かんづめ) 30 赤	たまねぎ 15 赤	とうふ 20 赤	油あげ 5 //	にんじん 1切(40) 赤	さとう 2.5 黄	鶏肉 10 赤	かまぼこ 5 //	せん切り大根 4.5 緑	にんじん 5 //	鶏肉 20 赤	バラベーコン 20 //	キャベツ 25 緑	きゅうり 10 //	うどん 60 黄	ちくわ 2/4本(4) 赤	小麦粉 6 黄	青のり 0.1 赤										
にんじん 10 緑	キャベツ 20 //	パセリ 0.3 //	にんにく 0.01 //	たまねぎ 30 緑	にんじん 5 //	こいくちしょうゆ 2.5 黄	白ごま 1.3 黄	とうふ 25 //	ほうさい 25 緑	ひら天 8 赤	たまねぎ 30 黄	じゃがいも 40 黄	にんじん 10 //	にんじん 5 //	スイートコーン 10 //	はくさい 10 //	にんじん 10 //	揚げ油 6 黄	白ねぎ 5 //										
たまねぎ 20 //	パセリ 0.5 赤	サラダ油 0.3 黄	こいくちしょうゆ 0.5 黄	えのきたけ 5 //	青ねぎ 5 //	酒 10 //	さとう 1.5 //	みそ 5 //	にんじん 10 //	京あげ 7 //	パセリ 0.5 //	サラダ油 0.5 黄	和風柑梅ドレッシング (クラス1本) 10 //	さらだ油 4 //	白ねぎ 5 //	うすくちしょうゆ 2.5 黄	みりん 0.5 黄	みそ 5 赤	コチジャン 0.5 赤										
鳥がらスープ 3 赤	うすくちしょうゆ 0.4 黄	マヨネーズ (クラス1本) 1 黄	スライスチーズ (クラス1本) 1枚(20) 赤	青ねぎ 5 //	赤みそ 5 //	でんぶん 0.2 //	だし汁 0.4 赤	うすくちしょうゆ 2.7 黄	酒 0.5 //	だし汁 0.4 赤	牛乳 25 赤	生クリーム 1 黄	粉チーズ 4 赤	鳥がらスープ 5 黄	小麦粉 2 //	バター 2 //	サラダ油 2 //	こしょう 0.5 黄	酒 0.5 //										
663	27.9	34.9	3.4	611	30.1	20.2	2.3	529	25.2	13.8	2.0	636	26.0	24.7	2.7	608	25.1	17.1	2.9										
コッペパン		牛乳		ごはん		牛乳		ごはん		牛乳		コッペパン		牛乳		ごはん		牛乳											
レタスのスープ		ミートボールのトマトソースに		ワンタンスープ		けいにくのあげてりに		ふのすましじる		ごもくめ		たまごスープ		ギョーザパスタ		ポークカレー		やさいサラダ											
豚肉 15 赤	たまご 25 //	肉ボール 45 赤	バラベーコン 5 //	豚肉 15 赤	ワンタンの皮 5 黄	鶏肉 55 赤	塩 0.1 赤	かまぼこ 5 赤	しらたまふ 2 黄	だいず 10 赤	鶏肉 15 //	たまご 25 //	スパゲティ 15 黄	豚肉 30 赤	土しよが 0.6 緑	キャベツ 25 緑	にんにく 0.1 黄	スイートコーン 10 //	にんにく 0.1 黄										
レタス 20 緑	にんじん 10 //	たまねぎ 25 緑	サラダ油 0.5 黄	はくさい 30 緑	はくさい 15 緑	こしょう 15 緑	にんじん 5 //	はくさい 15 緑	にんじん 5 //	たけのこ 5 緑	にんじん 10 緑	スイートコーン 10 緑	にんにく 0.1 黄	にんにく 0.1 黄	サラダ油 0.2 黄	たまねぎ 20 //	たまねぎ 20 //	にんにく 0.1 黄	和風青じそドレッシング (クラス1本) 10 //										
はるさめ 2 黄	鳥がらスープ 2 赤	パセリ 0.3 黄	さとう 0.5 黄	大もやし 10 //	えのきたけ 10 //	青ねぎ 5 //	鳥がらスープ 2.7 黄	うすくちしょうゆ 2.7 黄	みりん 0.9 黄	さとう 1 黄	こいくちしょうゆ 2 //	鳥がらスープ 3 赤	酒 0.5 黄	キャベツ 15 黄	にんにく 4 //	たまねぎ 40 //	りんご 6 //	トマトケチャップ 3 //	ウスターソース 2 //										
うすくちしょうゆ 3 黄	塩 0.5 黄	トマトケチャップ 4 黄	トマトピューレ 5 //	鳥がらスープ 2.7 赤	塩 0.3 赤	うすくちしょうゆ 2.7 黄	塩 0.3 赤	だし汁(削り節・こんぶ) 0.3 赤	ツナ(かんづめ) 20 赤	ツナ(かんづめ) 1 赤	こいくちしょうゆ 0.5 黄	さとう 0.5 黄	みりん 1 黄	鳥がらスープ 3 赤	キャベツ 15 黄	にんにく 4 //	こいくちしょうゆ 0.3 黄	ごま油 0.2 黄	牛乳 5 赤										
ごま油 0.1 黄	ミルクプリン (1に(40) 赤)	フルーツゼリー【ミルクプリン代替ゼリー】 (1に(50) 黄)	じゃこのつくだに (えび ちりめんじゃこ 5 赤, 白ごま 0.3 黄, さとう 1 //	じゃこのつくだに (えび ちりめんじゃこ 5 赤, 白ごま 0.3 黄, さとう 1 //	ツナ(かんづめ) 20 赤, ツナ(かんづめ) 1 赤, さとう 0.5 黄, みりん 1 //	ココアバター (1袋(10) 黄)	ポークカレー (豚肉 30 赤, 土しよが 0.6 緑, にんにく 0.1 黄, サラダ油 0.2 黄, 赤ぶどう酒 1 //	やさいサラダ (キャベツ 25 緑, スイートコーン 10 //	ふくじんづけ (キャベツ 25 緑, スイートコーン 10 //	651	30.4	26.3	3.2	618	31.5	18.5	2.0	535	24.3	15.8	1.7	613	28.2	23.1	2.6	622	22.6	19.4	2.3
食パン		牛乳		ごはん		牛乳		ごはん		牛乳		コッペパン		牛乳		ごはん		牛乳											
ベジタスープ		ジャーマンポテト		わかめスープ		ねぎしおぶたどん		キャベツのみそしる		さわらにつけ		きれいに手を洗おう		のりのつくだに		きざみたくあん		きれいに手を洗おう											
豚肉 10 赤	ちくわ 5 //	はるさめ 5 黄	キャベツ 20 緑	にんじん 5 //	太もやし 15 //	青ねぎ 5 //	土しよが 0.3 黄	鳥がらスープ 0.5 赤	うすくちしょうゆ 2.7 黄	塩 0.3 赤	豚肉 35 赤	鶏肉 25 赤	たまご 25 黄	たまねぎ 10 黄	パセリ 0.3 黄	塩 0.3 黄	こしょう 0.3 黄	鶏肉 15 赤	たまご 25 //										
はるさめ 5 黄	キャベツ 20 緑	にんじん 5 //	太もやし 15 //	青ねぎ 5 //	土しよが 0.7 //	ほうしわかめ 0.7 //	とうふ 30 //	にんじん 5 緑	青ねぎ 5 //	鳥がらスープ 2.7 赤	うすくちしょうゆ 2.7 黄	塩 0.3 赤	鶏肉 15 赤	たまご 25 //	ほうしわかめ 0.7 //	とうふ 30 //	にんじん 5 緑	青ねぎ 5 //	鳥がらスープ 2.7 赤										
土しよが 0.3 黄	鳥がらスープ 0.5 赤	うすくちしょうゆ 3 黄	みりん 0.5 黄	塩 0.5 黄	こしょう 0.5 黄	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)	スライスチーズ (1枚(20) 赤)									
571	25.6	22.2	3.4	582	27.9	20.7	2.3	544	27.2	15.4	2.7	